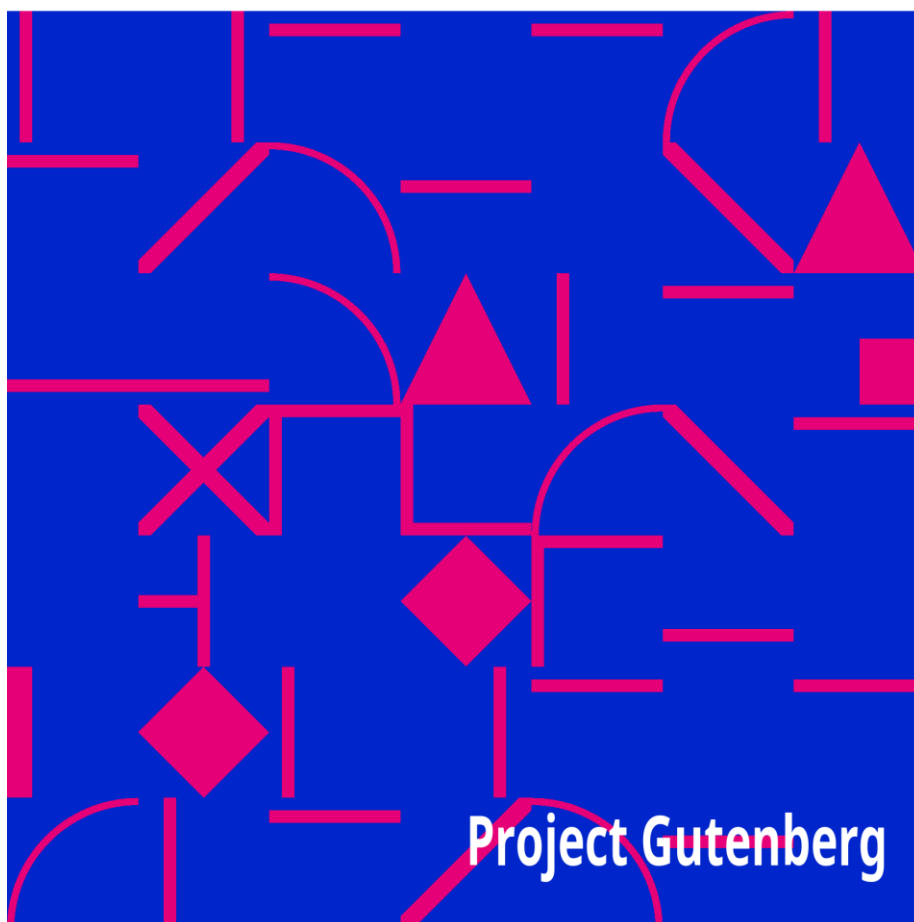


Евгенический брак, том 3 (из 4). Личное руководство по новой науке о лучшей жизни и лучших детях

В. Грант Хейг

The Eugenic Marriage, Volume 3 (of 4)

W. Grant Hague



Project Gutenberg

The Project Gutenberg eBook of The Eugenic Marriage, Volume 3 (of 4).

Эта электронная книга может быть использована любым человеком в любой точке Соединенных Штатов и большинства других частей света без каких-либо затрат и почти без ограничений. Вы можете копировать ее, дарить или повторно использовать на условиях Лицензии проекта "Гутенберг", прилагаемой к этой электронной книге или размещенной на сайте www.gutenberg.org. Если вы находитесь не в Соединенных Штатах, то перед использованием этой электронной книги вам придется ознакомиться с законами страны, в которой вы находитесь.

Название: Евгенический брак, том 3 (из 4)

Автор: В. Грант Хейг

Дата выхода: 11 апреля 2008 [eBook #25044]

Язык: Английский

Credits: Подготовлено К.Д. Торнтоном, Джейсоном Исбеллом, Джозефиной Паолуччи и командой онлайн-распределенной корректуры по адресу <http://www.pgdp.net>.

*** НАЧАЛО ПРОЕКТА GUTENBERG EBOOK THE EUGENIC MARRIAGE, VOLUME 3 (OF 4) ***



"Мать и дитя", автор Лорадо Тафт

Так сильны амбиции современных матерей, желающих подарить миру детей, которые станут честью завтра, что эта мраморная статуя была воздвигнута Обществом попечения о младенцах Чикаго, чтобы выразить идеал самого прекрасного, что может прийти к любой женщине, - материнства.

Евгенический брак

Личное руководство по новой науке о лучшей жизни и лучших детях

У. ГРАНТ ХАГУ, доктор медицины.

Колледж врачей и хирургов (Колумбийский университет), Нью-Йорк; член Медицинского общества округа и Американской медицинской ассоциации.

В четырех томах

ТОМ III

Нью-Йорк

КОМПАНИЯ "ОБЗОР ОБЗОРОВ

1916

Copyright, 1913, by W. Grant Hague

Copyright, 1914, by W. Grant Hague

ОГЛАВЛЕНИЕ

ГЛАВА XXIV

ПЕРИОД СТАНОВЛЕНИЯ

Лучший возраст для вступления в брак - Несовместимость темпераментов - Счастливый брак не обязательно должен быть удачным - Зло раннего брака - Брачная ночь, Медовый месяц - Когда супружеские отношения болезненны - Времена, когда супружеские отношения должны быть приостановлены - Первые недели и месяцы супружества - Период становления - Настоящий брак - Настоящее положение жены в семье - Только 5% счастливых браков - Период адаптации - Различия во мнениях - Различия в принципах - Достижение успеха - Споры о мелочах - Вы должны знать, чего хотите Вы должны знать, чего вы хотите - Правильный тип жены - Вклад в эффективность мужа - Каковы требования к эффективности - Хорошее здоровье - Тщательно приготовленная еда - Отдых ночью - Наличие системы - Достаточная физическая активность - Свобода от беспокойства - Делайте свою часть - Первая ссора - Поиск недостатков - Эффективность мужа зависит от жены - Работа должна быть интересной - Часть жены PAGE 331

Советы молодым женам

ГЛАВА XXV

КАК ДОБИТЬСЯ УСПЕХА

Чем молодая жена обязана самой себе - Почему я родилась - Какие личные качества необходимы для успеха - Какие личные качества необходимы для счастья - Самоконтроль -

Что такое мысль - Злая привычка к поспешным суждениям - Привычка к плохим мыслям - Тренировка ума контроль - Что такое мысль - Дурная привычка поспешных суждений - Дурная привычка мыслей - Тренировка ума - "Идите правильным путем" - Убедитесь, что друзья вашего мужа - ваши друзья - Будьте хорошим товарищем - Два типа людей в мире - Все зависит от того, что мы делаем с нашим умом - Самая популярная женщина - Дар лести - Выбор друзей - Настоящая дружба ничего не ждет и не требует - Настоящая дружба необходима - "По друзьям вашим узнают вас" - Принятие решений - Формула успеха - Когда удача постучит. ... PAGE 357

ГЛАВА XXVI

СВОБОДНЫЕ МГНОВЕНИЯ

Привычка учиться - зародыш самокультуры - миллионы крошечных клеток нашего мозга - экономическая ценность привычки учиться - два способа получения знаний - счастье в компании тех, кто стремится к высшим идеалам - стимул молодой жены к самокультуре - разница между моральной и умственной неверностью - привычка учиться создает свой собственный интерес - нозофобия, или страх перед болезнью - "Не двигайся и будь здоров" ... PAGE 375

Дом

ГЛАВА XXVII

ДОМАШНИЕ КАЧЕСТВА

Хорошая экономка и домохозяйка - Что такое хорошая экономка - Приготовление и выбор блюд - Мытье посуды - Кастрюли и сковородки - Пыль и уборка - Работайте весело и тщательно - Не гоняйтесь за пылью - Не приобретайте привычку антиЧто делает дом - Работа для чего-то - Существование средней домохозяйки - это рабство - Для чего нам работать - Сводить концы с концами - Отдых и развлечения - Попробуйте вздремнуть - Поспите ночью - Погуляйте на свежем воздухе - Возьмите отпуск время от времени - Страхование жизни - Владение домом - Веселая жена и мать - Равнодушная жена и мать - Муж и жена PAGE 389

ГЛАВА XXVIII

КАК МЫ ЗАРАЖАЕМСЯ БОЛЕЗНЯМИ

Как мы заражаемся - Как микробы попадают в легкие - Как микробы действуют в организме - Функция белых кровяных телец - Как образуется абсцесс - Дурная привычка плевать в общественных местах - Солнечный свет и микробы - Почему необходимо открывать окна - Факты о Туберкулез - Склонность к заболеванию - Лучшее лечение туберкулеза - Заболевание можно предотвратить и вылечить - Когда промедление опасно - Что есть и носить в жаркую погоду - Научная одежда - Пить много воды - Что пить во время путешествий ... PAGE 409

Женские болезни

ГЛАВА XXIX

ЖЕНСКИЕ БОЛЕЗНИ

Болезни женщин - начало женских болезней - больные женщины неэффективны - как хозяйки, как жены, как мать - немногие *больные женщины беременеют* - главная причина женских болезней - существование средней матери - женских болезней можно избежать -

история жены - женщины, которые не хотят детей - злоупотребление детородной функцией - что должна делать женщина с женскими болезнями - рак у женщин - рак груди - рак матки
Рак груди - Рак матки - Что каждая женщина должна знать о раке - Изменение жизни - Менопауза - Климакс - Средний возраст, в котором происходит изменение жизни - Симптомы изменения жизни - Важность правильной диагностики - Опасные сигналы изменения жизни - Поведение во время изменения жизни ... [PAGE 433](#)

Зло патентованной медицины

ГЛАВА XXX

ЗЛО ПАТЕНТНОЙ МЕДИЦИНЫ

Что матери должны знать о зле патентованной медицины - Тоники, которые использовали люди, придерживающиеся умеренности, потому что они могли "стимулировать" - Желчь в желудке - Желчь в крови - Сассапариль - Состав сельдерея - Солодовый виски - Средства от головной боли - Порошки против головной боли - Порошки от головной боли - Успокаивающие сиропы - Детский друг - Порошки катара - Почечные пилюли - Отхаркивающее средство - Сироп от кашля - Литиевая вода - Здоровье, Богатство и счастье по доллару за бутылку-Новое открытие в области потребления-Консуммированное лекарство-Лекарство от рака-Таблетки для бледных людей-Эликсир жизни ... [PAGE 451](#)

ГЛАВА XXXI

ЗЛО ПАТЕНТНОЙ МЕДИЦИНЫ (продолжение)

Лекарство от консумации - Личные средства для консумации - Творение природы - Лекарства от женской слабости - Различные соединения и солодовые виски ... [PAGE 467](#)

ГЛАВА XXXII

ЗЛО ПАТЕНТНОЙ МЕДИЦИНЫ (продолжение)

Как фирмы патентной медицины и шарлатаны избавляются от присланных им конфиденциальных писем. Концерны патентной медицины и брокеры писем - Заговор патентной медицины против свободы прессы - Как трест патентной медицины подавляет честные усилия ... [PAGE 481](#)

ГЛАВА XXXIII

ЗЛО ПАТЕНТНОЙ МЕДИЦИНЫ (продолжение)

Зло патентной медицины и долг матерей расы - "Кровавые деньги" - Народ должен быть реформатором - Резолюции матерей ... [PAGE 489](#)

ГЛАВА XXIV

"Достижение цели зависит от нашей решимости. Усилия - это вопрос воли. Неудача - продукт неверно направленной решимости".

ПЕРИОД СТАНОВЛЕНИЯ

Лучший возраст для вступления в брак - Несовместимость темпераментов - Счастливый брак не обязательно должен быть удачным - Зло раннего брака - Свадебная ночь, ее медицинский аспект - Медовый месяц - Когда супружеские отношения болезненны - Время, когда супружеские отношения следует приостановить - Первые недели и месяцы супружества - Период становления - Настоящий брак - Настоящее положение жены в семье - Всего пять процентов. Счастливые браки - Период адаптации - Различия во мнениях - Различия в принципах - Достижение успеха - Споры по пустякам - Вы должны знать, чего хотите - Правильный тип жены - Содействие мужу Эффективность - Каковы требования к эффективности - Хорошее здоровье - Тщательная подготовка к работе - Эффективность. Эффективность - Хорошее здоровье - Тщательно приготовленная еда - Отдых по ночам - Наличие системы - Достаточная физическая нагрузка - Свобода от беспокойства - Выполняйте свою часть работы - Первая ссора - Поиск виноватых - Эффективность мужа зависит от жены - Работа должна быть интересной - Часть работы жены.

ЛУЧШИЙ ВОЗРАСТ ДЛЯ ВСТУПЛЕНИЯ В БРАК

Для того чтобы определить оптимальный возраст для вступления в брак, мы должны руководствоваться определенными стандартами. Мы должны выяснить по статистике средний возраст родителей лучших детей. Мы должны определить и проанализировать квалификацию "лучших" детей, согласно егеническому идеалу. Мы должны обратить внимание на фиксированность темпераментных характеристик, чтобы определить их адаптивность к условиям, преобладающим в определенном возрасте. Мы должны выбрать возраст, предшествующий периоду, в котором, по мнению науки, люди изживают все наследственные тенденции.

У нас есть множество доказательств того, что самые лучшие дети рождаются у родителей в возрасте от двадцати трех до двадцати шести лет. Мы также знаем, что возраст, в котором наиболее полно проявляется пластичность темпераментных характеристик, приходится на начало двадцатых годов. Кроме того, мы знаем, что о наследственных склонностях можно сказать, что они изжиты примерно на двадцать втором году жизни. Поэтому идеальным возрастом для вступления в брак как для мужчины, так и для женщины является примерно двадцать третий год.

Физическое, умственное и моральное развитие мужчин и женщин в этот период демонстрирует высокую степень адаптивности и восприимчивости к институту брака. Наследственные черты, если таковые существовали ранее, в этом возрасте переходят в дремлющую форму. Они воспитали в себе темпераментные качества, которые с небольшими изменениями сохраняются на всю жизнь. С другой стороны, их склонности поддаются воздействию разума и способны к корректировке. Их темпераментные характеристики пластичны, и при благоприятных условиях оба могут проявить ту степень симпатии и терпимости, которая предвещает будущую гармонию и успех. Ни один брак не может привести к взаимному счастью и успеху, если один из участников темпераментно не способен изменить свои убеждения. Одним из основных условий мира в доме является умение приспособливаться к обстоятельствам, и никакая другая добродетель не будет востребована чаще, чем это качество. В этом возрасте мужчина стремится внести свой вклад в удовлетворение и счастье своей партнерши, даже если для этого придется пожертвовать собственными прихотями и мнениями, а женщина в этот период по темпераменту устроена так, что она будет отвечать тем же импульсам.

Несовместимость темпераментов подразумевает, что два человека так устроены, что не могут или не хотят приспособляться к темпераментным особенностям друг друга. Это состояние является одной из самых распространенных причин неудачных браков. Возраст имеет большое значение в этой ситуации. Мужчины старше тридцати лет бессознательно выработали привычку суждения и слишком устоялись в своих мнениях и взглядах, чтобы легко и без трений приспособиться к темпераментным различиям, которые, несомненно, будут существовать в их женах. Дух адаптации, характерный для молодых лет, отсутствует, и вряд ли можно ожидать умственной перестройки. Поэтому мы часто наблюдаем в брачных отношениях некоторых людей дух дружбы, а не товарищества, который должен быть тем качеством, которое связывает их вместе. Статистика доказывает, что "родственные связи" проникают в жизнь тех, кто рано вступает в брак, или тех, кто женится после тридцати. Эту форму домашнего безбрачия можно справедливо считать продуктом "несовместимости темпераментов".

Счастливый брак не обязательно должен быть удачным. Некоторые пары достигают счастья через горе, печаль и неудачи. Так называемый счастливый брак, как и само счастье, всего лишь миф, состоящий из предчувствий и воспоминаний. Достаточно взглянуть в спокойные и морщинистые лица пожилых женщин и поговорить с ними, чтобы понять, что результат бескорыстия и самоотречения является ближайшим приближением к счастью в супружеской жизни или вне ее. Именно несение тягот жизни составляет ее счастье.

Зло раннего брака. Ни одна женщина не способна выдержать напряжение материнства до двадцати трех лет. Если девушка выходит замуж в восемнадцать лет, она дает миру детей, совершенно не приспособленных к решению его проблем. Примерно в двадцать два года она может дать миру одного ценного ребенка, но все последующие будут все более непригодными. В ранних браках дети рождаются слишком часто, и это одна из причин младенческой смертности. Статистика показывает, что смертность детей, рожденных с интервалом в один год, на сто процентов выше, чем у тех, кто родился с интервалом в два года. А если эти дети - потомство очень молодых матерей, то процент еще больше. Процент детей с пороками развития и идиотизмом выше среди тех, кто родился от слишком молодых родителей. Доказано, что ребенок может унаследовать только то, чем обладают родители. Если родители не достигли того возраста, когда все силы находятся на пике своего развития, ребенок лишается именно такого роста и силы; никакое воспитание или обучение не сможет восполнить эту потерю.

Есть еще одна особенность ранних браков, на которую следует обратить серьезное внимание. Девушка в восемнадцать или двадцать лет еще не достигла того периода роста, когда проявляются определенные наследственные склонности. Если она унаследовала предрасположенность к чахотке, то может перерасти этот период при условии, что ей будет позволено достичь полного роста, не подвергая ее конституцию никаким тяжелым физическим или умственным нагрузкам. Однако если эта девушка выйдет замуж и станет матерью, то, скорее всего, это влияние на ее здоровье ослабит ее до такой степени, что наследственная склонность выйдет на поверхность. Многие матери становятся жертвами именно таких обстоятельств, в то время как, оставаясь незамужними до более позднего периода, они могли бы взять на себя ответственность за материнство без каких-либо дурных последствий.

Мысль о том, что ранним браком женщина может воспитать и изменить врожденные черты своего мужа, ошибочна. Лишь немногие женщины могут переделать мужа после замужества. Если она не может исправить его до брака, то никогда не сможет сделать это после. Врожденные черты характера будут идти своим чередом, несмотря на все, что она может

сделать, чтобы изменить их, - только сам мужчина может контролировать и управлять ими. В период такой трансформации родительские функции не должны выполняться. Только когда характер мужчины полностью созреет, он должен быть допущен к передаче его другому поколению.

Выдвигается идея, что ранние браки помогут уберечь молодость от посева дикого овса. Женщина, ставшая жертвой этого заблуждения, соберет урожай недовольства и страданий. Любой мужчина, которому нужна жертва женщины, чтобы научиться искусству самоконтроля, не является достойным гражданином, а тем более достойным мужем или отцом. Мужчина, который готов принести в мир детей до того, как станет самоуправляемым животным, не понимает первых принципов расового возрождения, и долг родителей - обучать своих сыновей и дочерей этой фундаментальной идее. Чтобы быть эффективным родителем, необходимо быть умственно, морально и физически развитым человеком.

Свадебная ночь; ее медицинский аспект Основополагающей целью истинного брака является размножение рода. Женщина играет более важную роль в выполнении этого долга, поскольку она является источником и хранилищем будущего существа. Поэтому очень важно, чтобы она не была в полном неведении относительно природы и ответственности своего положения. Незнание этих вопросов может привести к страданиям, болезням и смерти. Долг и привилегия медицинской науки - изложить на понятном всем языке факты, касающиеся этого интересного человеческого события.

Казалось бы, страдания в той или иной степени характеризуют каждую эпоху в жизни женщины: менструацию, замужество и материнство. Однако можно многое сделать, чтобы уменьшить боль, необходимую для завершения брака. Нередко в этом отношении возникают трудности, и необходимо проявлять большую осторожность, терпение и мягкость, иначе можно причинить ненужную боль и травму. Вполне возможно, что безудержная импульсивность может нанести серьезную травму, и от этого следует воздерживаться. Иногда совершенно необходимо проконсультироваться с врачом, особенно в тех случаях, когда сопротивление оказывается сильнее, чем можно было бы ожидать. Это редкие случаи.

Первые подходы к супружеской жизни обычно сопровождаются небольшим кровотечением. Однако его может и не быть, и отсутствие крови не имеет никакого значения и смысла. Наиболее подходящее время для брака - середина между месячными. Это сезон бесплодия, а поскольку за первыми брачными отношениями могут последовать недомогание, боль и нервная возбудимость, хорошо бы выбрать время, когда эти недуги смогут утихнуть до появления нарушений, связанных с беременностью.

Медовый месяц С медицинской точки зрения необходимо радикально изменить подход к проведению этого брачного периода. В течение многих недель, предшествующих свадьбе, существование невесты представляет собой затяжной период нервного напряжения. Вместо того чтобы наслаждаться душевным и физическим покоем и отдыхом, каждый момент времени переполнен напряженными событиями, которые в обычных условиях разрушили бы нервную систему крепкого человека. Если бы этот волнительный подготовительный период закончился периодом отдыха и восстановления сил, он мог бы не оказаться физически катастрофическим, но вместо этого, как мы знаем, невеста подвергается целой серии физиологических трагедий, которые мало кто переносит безнаказанно. Ни в какой период жизни она так не нуждается в окружении домашнего уюта и разумном руководстве сочувствующих друзей, которые понимают и оценивают кризис, через который она проходит. Однако обычай диктует ей спешить с места на место в то время, когда телесный

покой и душевное спокойствие и безмятежность, столь желанные для нее, должны быть единственной целью.

Супружеские отношения все еще остаются болезненными и будут таковыми в течение нескольких недель. Слишком частые поблажки в этот период являются плодотворным источником различных воспалительных заболеваний и часто приводят к временному бесплодию и плохому самочувствию. Во многих случаях в это время начинаются конституциональные нарушения и нервные расстройства, которые напрямую вызваны дискомфортом, связанным с глупостью общественных обычаев, лишаящих женщину необходимого отдыха и покоя.

Пробуждение сексуальной функции - чрезвычайно важное медицинское событие в жизни любой женщины. Самый простой ум может адекватно понять, почему этот опыт должен происходить в веселой обстановке домашнего уюта и покоя. Таскать девушку по достопримечательностям, когда ее нервы на пределе и сверхчувствительны; когда она физически не готова, утомлена и совсем не заинтересована; когда ее мозг с опаской занят тайными догадками, в которых даже ее муж может не участвовать, - это вид пытки, которой среднестатистическая невеста подчиняется с наилучшей возможной грацией, потому что общественный обычай диктует ей эту глупую программу.

Матери должны подходить к этому вопросу тактично и дипломатично, но, тем не менее, с твердым намерением убедить своих дочерей рассмотреть ситуацию с точки зрения здравого смысла. Обычай медового месяца сохранился потому, что молодые невесты не понимают, о чем идет речь. Обязанность матери - ознакомить их с правдой, и ни одна здравомыслящая мать не станет планировать или соглашаться на медовый месяц, который предполагает постоянный дискомфорт и возможные серьезные последствия для здоровья ее дочери в начале самого счастливого периода ее жизни.

Когда супружеские отношения болезненны - Природа не предполагала, что акт, посредством которого Земля должна пополняться, должен быть болезненным. Поэтому, если боль является постоянной характеристикой этой функции, это свидетельствует о наличии заболевания, и на него следует обратить внимание при первой же возможности. Чаще всего причиной является смещенная, переполненная матка. Такие смещения, скорее всего, являются результатом неосторожности в одежде, запоров и общей небрежности со стороны жертвы. Затягивать или откладывать помощь в таких случаях опасно, с другой стороны, помощь оказывается быстро и, как правило, удовлетворительно, если она принята вовремя.

Времена, когда супружеские отношения должны быть приостановлены. Есть моменты, когда такие отношения совершенно неуместны. Существуют определенные законные причины для отказа со стороны жены.

Опьянение мужа - веская причина для отказа. Идиоты и эпилептики рождаются в результате того, что один из родителей находится в состоянии алкогольного опьянения во время оплодотворения. Известно множество случаев, когда умственные способности потомства были полностью разрушены.

Выздоровление после тяжелой болезни - справедливая причина для сексуального воздержания. Наличие любого местного или конституционального заболевания, которое может усугубиться в браке, также является справедливой причиной для отказа. Наличие заразной болезни делает отказ обоснованным. Сексуальные отношения никогда не должны разрешаться во время менструации. Беременность, несомненно, является справедливой причиной для воздержания от всех супружеских обязанностей.

Первые недели и месяцы супружества. Дочь обосновалась в собственном доме: теперь она молодая жена, будущая мать. Что мы можем сказать полезного в этот период - в эти чудесные первые недели и месяцы супружества? Ее путеводной звездой, несомненно, станут бессознательные уроки, которые она усвоила из тактичных бесед с матерью. Она невольно будет во многом повторять ее поведение и следовать распорядку, принятому матерью в старом доме. Но есть и новый фактор, который необходимо учитывать. Ее жизнь, настоящая и будущая, ее возможности, ее счастье зависят от мужа. Старая поговорка о том, что "нужно жить с мужчиной, чтобы узнать его по-настоящему", окажется слишком правдивой. Историю ее будущей жизни можно было бы смело рассказывать, если бы мы могли знать, как она встретит новые превратности. Она знала своего мужа только как возлюбленного, она наделила его достоинствами, которые существуют только в ее воображении, оправдывает ли он ее ожидания? Она осторожна и тактична, - маленькие разговоры с матерью она помнит. Она не верила, когда мать говорила ей, что у него есть качества, которые она узнает только после замужества, но теперь она знает. Она узнает, что домашние обязанности требовательны и беспокойны; что, хотя она и замужем, в жизни все равно есть несколько терний. Она также узнает, что длинный день, когда муж занят делами, дает много возможностей для размышлений и серьезных мыслей. Эти моменты кажущегося досуга - моменты судьбы. Это моменты интроспекции, когда она взвешивает и отмеряет для себя симпатии, если она не из того материала, или принимает твердые решения и мысленно готовит себя к победе в новой жизни. Это моменты, когда ее подсознательный интеллект пытается выразить себя в духе правды и честности, когда она взвешивает, измеряет и анализирует требования новой среды. Ее судьба зависит от того вдохновения, которое находит на ее мозг в результате этих самообвинений.

Большинство из нас не пошли бы именно по тому пути, по которому шли, если бы у нас была возможность прожить свою жизнь заново. У молодой жены есть шанс "сделать все заново". У нее есть возможность начать все сначала. Она должна рассматривать эту возможность как самый ценный подарок, который она когда-либо получит. Многие отдали бы несметные богатства за этот шанс. Счастье и богатство лежат у ее ног. Все переживания, которые делают жизнь достойной, находятся в пределах ее досягаемости. Все зависит только от нее самой. Энтузиаст склонен быть настойчивым. Если его дело справедливо, мы выигрываем от его настойчивости и решительности. Мы - энтузиасты в этом вопросе, и мы хотим, чтобы вы поверили в нашу бескорыстную искренность. Мы считаем, - более того, мы знаем, - что первые несколько месяцев после свадьбы - это критический период в жизни каждой женщины, когда речь идет о достижении счастья и успеха. Ни один врач не может годами заниматься медициной, чтобы эта истина не внушалась ему снова и снова.

Каждый разумный человек знает, что большинство молодых девушек вступают в брачные отношения, не понимая их истинного смысла и даже не задумываясь об их обязанностях и ответственности. Материнство навязывается этим физически и умственно незрелым молодым женам, и они берут на себя главную роль в отношениях, которые являются обременительными и требовательными. Мы знаем, что обязанности жены и матери требуют интеллекта, который становится эффективным только с опытом. Мы знаем, что молодые жены невольно приобретают привычки, которые подрывают их здоровье и нравственность. И мы также знаем, что результатом этой разнообразной неэффективности является упадок и вырождение человеческой расы. Стоит ли удивляться тому, что происходят ошибки, что сердце болит, а дом деградирует?

Каково же средство? Образование! Систематизированное обучение; эффективная и вечная пропаганда образования, которая должна прийти в дома тысяч молодых жен и матерей, которые хотят, но не знают, как сыграть свою роль достойно и эффективно.

Период становления. - Период, предшествующий браку, - это период становления, годы формирования характера. Брак должен стать проверкой того, как мы построили свою крепость. Успех супружеского предприятия - ведь каждый брак это эксперимент - полностью зависит от результатов первого года. Поэтому мы серьезно и убедительно просим молодую жену глубоко задуматься над этой проблемой и не игнорировать тот факт, что успех предприятия в очень большой степени зависит от ее усилий. Некоторые могут утверждать, что муж является основным уравнением, определяющим счастье и успех супружеского предприятия. Мы так не считаем. Дом - это то, что создает в нем женщина. Мужчина может не быть идеальным мужем или даже хорошим отцом, хотя его дом для его детей может быть самым раем, если жена - прирожденная мать и хорошая женщина. С другой стороны, мужчина может быть терпеливым, трудолюбивым, самоотверженным, хорошим отцом, но он не сможет создать счастливый дом для своих детей, если его жена не является правильной женщиной.

Настоящий брак подразумевает любовь и доверие, и в подавляющем большинстве браков эти качества можно считать материальными и использовать их, как используют любой другой деловой капитал, в течение определенного времени. Продолжительность этого времени зависит от того, как этот актив будет использован в первые месяцы брака. Именно об использовании этого времени, о том, как лучше его использовать, и пойдет речь.

Здесь уместно сказать несколько слов об истинном положении жены в семье. Несомненно, за последнее поколение ее статус изменился. К лучшему ли это изменение - вопрос спорный. Это слишком большая и запутанная проблема, чтобы полностью обсуждать ее в книге такого рода. Любое мнение по такому вопросу, по нашему мнению, должно быть искаженным. Мало, очень мало, абсолютно счастливых и благополучных домов. Подсчитано, что только пять процентов всех браков удачны. Если пять процентов из них добиваются успеха в браке, почему не могут добиться успеха остальные девяносто пять? Причины не являются фундаментальными или серьезными - как правило, они банальны. Главное - правильно начать. Если в этом секрет, а каждый опытный женатый человек подтвердит эту истину, молодой жене следует серьезно задуматься над этим вопросом. В жизни каждой пары есть период адаптации, который рано или поздно проходит за счет того, что один или другой, или оба, смиряются с принятием более сильных, или положительных, элементов в склонностях другого.

Если женщина обнаруживает, например, что ее муж имеет очень твердые взгляды на некоторые вопросы, и эти взгляды ни в коей мере не противоречат закону, моральному или иному, и их принятие не требует отрицания какого-либо принципа, для нее будет гораздо лучше согласиться с этими взглядами, чем упрямо придерживаться своего мнения, - особенно если она не может, по-дружески, предложить аргумент достаточно сильный, чтобы убедить его в том, что он не прав. Чтобы достичь гармоничного существования, один или другой из супружеской пары должен быть готов уступать во всех мелочах, которые возникают изо дня в день.

Конечно, естественно предположить, что обычно жена будет уступать больше всех. Предполагается, что она наделена всеми более мягкими качествами. Поэтому наш совет - независимо от всех аргументов, которые можно привести и на которые здесь даже не стоит

намекать, но которые на языке у каждой так называемой продвинутой женщины, - молодой жене следует с благодарностью уступать многое своему мужу.

Если повседневная жизнь мужчины чиста, если его стремление - работать, чтобы обеспечить жене и детям уютный дом, он достоин любви и доверия любой истинной женщины. И поскольку вы выбрали этого мужчину в мужа, в наставники и в отцы ваших будущих детей, вам следует выяснить, как вы можете быстро приспособиться к тому, чтобы стать его помощницей, его другом, его доверенным лицом и спутником на протяжении всех лет вашей жизни. Уверяем вас, не боясь возразить, что вы привяжетесь к нему своей готовностью получать от него советы и наставления. Такое отношение вызовет осязаемое доверие, на которое можно будет опираться в противостоянии темпераментов, которые в противном случае могут оказаться серьезными препятствиями на пути к взаимному уважению и доверию, что является залогом мира и счастья. Он будет искать у вас слова поддержки, он будет охотно рассказывать вам все больше и больше о своих сокровенных мыслях и стремлениях, и бессознательно он будет полагаться на ваше суждение, на вашу женскую интуицию, на вашу помощь в каждом своем шаге. Время, когда вам придется "уступить", уже прошло. Вы сделаете себя частью его жизни, его менталитета, вы достигнете цели домашнего счастья, а это настолько близко к раю, насколько большинство из нас достигает в этом мире. Все зависит от того, "как вы к этому отнесетесь" в первые несколько месяцев супружеской жизни.

Рассмотрим другую картину. Если жена культивирует или имеет унаследованную склонность спорить по пустякам, препираться по пустякам, даже если она иногда побеждает, что она получает? Ничего! Муж возмущается склонностью к спорам. Его гордость уязвлена мыслью о том, что жену нужно убеждать в каждом своем мнении. Такое отношение полностью разрушает осязаемую уверенность, которая необходима для мира и счастья. Вскоре он начинает держать свое мнение при себе; в дом проникает змея; жена обнаруживает, что его интересуют вещи, о которых он ей не сообщает. Ревность, недоверие, сомнения - эти скелеты домашнего мира и счастья вскоре совершают свою страшную и трагическую работу, и конец ее нетрудно представить.

Большинство вещей, из-за которых ссорятся мужья и жены, не имеют особого значения. Это не судьбоносные темы - обычно мир в семье нарушается из-за пустяка. Пройдет всего несколько лет, и большинство женщин поймут, что многие вещи, которые вызывают сердечные боли, вовсе не имеют никакого значения. Как правило, они возникают из-за того, что одна из сторон не понимает, что у другой есть определенные индивидуальные права, которые требуют уважительного отношения. Эгоистическая составляющая человеческой природы ответственна за очень значительную часть бытовой неустроенности, которая омрачает домашнюю жизнь значительной части людей.

Тривиальные различия. - Многие дома были разрушены или окончательно испорчены из-за тривиальных разногласий. Муж может любить играть в игры, а жена - читать. Один любит ходить на вечеринки и в театры, а другой - сидеть дома. До брака эти разногласия кажутся сущими пустяками и являются предметом добродушного подтрунивания, после брака они становятся причиной постоянных разногласий, постоянных трений. Пустяк - обычное начало, развод может стать концом. Небольшой недостаток такта, нежелание пожертвовать собой в малой степени "в нужный момент" - и трениям пришел бы конец.

Это отражение нашего интеллекта, и весьма знаменательно, что именно маленькие, пустяковые вещи являются причиной большинства бед и сердечных страданий в мире. Мы редко ссоримся из-за важных эпизодов жизни; из-за настоящих вещей, тех, которые

являются мерилем нашей мужественности и женственности. Спросите любого из ваших друзей, будь то еврей или язычник, католик или протестант, баптист или епископальный, демократ или республиканец, что, по их мнению, лучше - быть честным или нечестным, чистым или грязным, лживым или правдивым, умным или невежественным, бездельником или тружеником; что лучше - быть мягким и добрым или грубым и жестоким, сплетником и скандалистом или заниматься своими делами и говорить о ближних доброжелательно, словом, что лучше - быть хорошим или плохим? И все же это настоящие, основополагающие качества, которые клеймят мужчину, или женщину, или расу людей как достойных, истинных и хриstopодобных.

В этот момент евгенисту приходит на ум одна мысль. Это логика, связь между причиной и следствием. Почему мы тратим столько времени на споры и ссоры из-за несущественных вещей? Почему в мире столько ссор из-за пустяков? И евгенист предполагает, если это невозможно, что объяснение можно найти в том, что человеческая семья, как раса, находится ниже уровня; что многие из нас неполноценны; что именно продукт совместных умственных усилий недостойного элемента создает все проблемы? Вряд ли логично предположить, что человек, появившийся на свет благодаря здоровым, достойным родителям, чьи предки на протяжении многих поколений были чистыми, честными людьми; чье воспитание и образование были адекватными, чтобы сделать его респектабельным, достойным гражданином, может или будет создавать проблемы. С другой стороны, можем ли мы ожидать или имеем ли мы основания надеяться, что человек, чьи предки плохи, чьи условия окружающей среды не соответствуют требованиям, чьим образованием пренебрегали, кто, по всей вероятности, физически и умственно неполноценен, будет способен соответствовать стандартам другого человека? Разве от несовершенного целого мы не можем ожидать плохих частей? От больного тела и разума мы не можем ожидать низкого уровня мышления и действий? И разве не этими условиями объясняется большая часть как мелких, так и крупных неприятностей, которые нарушают мир и прогресс расы? Разве уничтожение евгенически недостойных не избавит мир от душевных мук и печалей? Это не только наводящая мысль, это вдохновение для проявления высшего разума государственного деятеля, социолога, учителя и проповедника.

Принципиальные различия. - Однако есть и более серьезные различия, чем вкусовые. Это принципиальные различия.

Они не проявляются до обещания "к лучшему или к худшему". Сентиментальные дни ухаживания не выявили их. Но теперь, когда они погрузились в рутину обычной жизни, природа вытаскивает их на поверхность, и приходится решать вопрос. Выясняется, что жена - набожная христианка и исправно посещает церковь, а муж настаивает на том, чтобы жена проводила воскресенье за городом или на берегу моря. Женщина пытается уговорить мужа пойти в церковь, но ей это не удается. Он пытается заставить ее сопровождать его, но у него ничего не получается. Наступает разлад в лютне, женщина испытывает небольшие душевные терзания, а мужчина - обиду и ворчание и уходит в одиночество, а потом и вовсе открытые ссоры и безразличие. Две жизни разрываются на части. Кто-то должен уступить, но кто? Соблюдение религиозных обязанностей для жены - дело принципа. То, как муж проводит воскресенье, - просто привычка. Он не имеет права вмешиваться в ее свободу в этом отношении. Уступит тот, чья совесть не будет попирана. Если муж отказывается идти в церковь вместе с женой, он может сделать это полюбовно и тактично, чтобы жена не чувствовала себя окончательно оскорбленной, но он не должен возражать против того, чтобы жена ходила в церковь, и не имеет права настаивать на том, чтобы жена сопровождала его во время прогулок. С другой стороны, жена не должна постоянно ворчать или ссориться с

ним на тему религии. Такие мелкие инциденты случаются в жизни каждой супружеской пары. Сами по себе они не являются серьезными или непреодолимыми, но могут стать серьезными из-за неправильного управления.

Настоящая жена - хозяйка дома, а не просто его хранительница. Она отвечает за его привлекательность и комфорт, за его нравственность и существование. Брачный обет "не делает жену, но товарищество в несении тягот жизни - делает". Она должна быть Любовью, Справедливостью и Истиной для своих детей, а также спутницей, другом и помощницей для своего мужа.

Поэтому мы советуем молодой жене начинать супружескую жизнь с определенными планами и идеалами.

Достижение успеха. - Прежде всего, вы хотите, чтобы ваше брачное предприятие было успешным. Успех в одном смысле - это получение того, чего вы хотите. Однако вы должны точно знать, чего вы хотите. Очень немногие люди знают, чего они хотят, но именно этим немногим удастся "добиться своего". Если вы спросите дюжину своих друзей, каков их жизненный план, над чем они работают, чего они действительно хотят, ни один из них, вероятно, не сможет сказать вам с точностью до мелочей. Большинство людей идут по неопределенному пути, работая изо дня в день, более или менее неудовлетворенные, и совершенно не чувствуя уверенности в том, что их ждет в будущем.

Человеческие усилия - это пример неправильно направленной энергии, и это самая большая потенциальная энергия во Вселенной. По-настоящему желать чего-то означает, что мы должны быть готовы пожертвовать всем необходимым для достижения нашего желания, а также сконцентрировать и направить все наши усилия на его достижение. Для этого мы должны быть эффективны, здоровы, стремиться днем и ночью и сильно хотим добиться успеха.

В первые несколько недель супружеской жизни молодая жена, если она мудрая маленькая леди, подведет итоги. Она начнет думать и, естественно, строить догадки о будущем. Она попытается определить, какие факты в ее конкретной жизни являются важными для достижения успеха. Ее материальный успех, конечно же, зависит от эффективности ее мужа. Эффективность женатого мужчины почти полностью зависит от его жены. Если мужчина достигает большого материального успеха, он признает, если признает правду, что его жена заслуживает большей части заслуг. Мужья большинства хороших, разумных жен добиваются успеха. Если мужчина, к сожалению, женат на женщине, которая не является помощницей, не является сбалансированной женой и матерью, и добивается успеха, он делает это благодаря своей врожденной силе характера и несмотря на несправедливую нагрузку на его работоспособность. Однако большинство мужчин в таких обстоятельствах теряют сердце и интерес и становятся неудачниками.

Поэтому молодая жена обязательно должна продумать, каким образом она может способствовать повышению эффективности своего мужа.

Что необходимо для эффективности? Хорошее здоровье. Он должен регулярно питаться. Пища должна быть тщательно подобрана и соответствовать его личным потребностям в соответствии с характером работы, в которой он занят. Пища должна быть правильно и тщательно приготовлена. Если он не понимает науку питания, жена должна обучить его. Помните, что его успех означает ваш успех, а его неудача - ваш провал. Если бы вы управляли сложнейшей машиной, вы бы не допустили, чтобы она была испорчена из-за небрежного использования. Возможно, вы вышли замуж за здоровое животное, но

животные хитры и неопределенны. Он все еще ваш любовник и сделает для вас все разумное, если вы "будете действовать в правильном духе и правильным способом". Убедитесь, что вы "идете правильным путем". Будьте тактичны, терпеливы, не ворчите. Не рассказывайте ему о его недостатках, просто отметьте их, а затем определите, чего вы хотите добиться. Через некоторое время он воодушевится и начнет рассказывать своим друзьям, как и что нужно есть, а позже попытается убедить вас, что ему первому пришла в голову эта идея. Это типичный мужчина. Вы научитесь управлять им, и ваш первый успех воодушевит вас - он станет ребенком в ваших руках, если вы только "сделаете все правильно". И это касается всего, что вы делаете, что имеет хоть какое-то отношение к миру и счастью в семье и конечному успеху.

Женщина, которая поймет смысл следующей истины и решит следовать ей на практике, уже на пути к счастью и успеху. "В битвах побеждает тот, у кого есть система и в жизни, и в бизнесе". Борьба в жизни стала настолько напряженной, что нервы большинства людей постоянно находятся на грани взрыва, - человек, у которого есть система в жизни, обнаружил, что нет ничего полезного в том, чтобы быть неуважительным или невежливым, или грубо вмешиваться в дела или интересы других людей; такт, дипломатия, лесть, темпераментная способность обходить взрывоопасные углы раздражительных нервов других людей, чтобы добиться своей цели, и есть "наличие системы", и она выигрывает сражения. Молодая жена, которая умеет это делать, настолько опережает армию обычных молодых жен, что ей не нужно тратить время на то, чтобы оглянуться и посмотреть, не отстают ли остальные. Они никогда не догонят ее.

Отдыхайте и спите. Муж должен отдыхать каждую ночь, поэтому не тащите его на вечеринки, балы и поздние ужины. Будьте филантропом - ухаживайте за ним так, как вы бы ухаживали за породистой лошастью, на которой вы надеетесь выиграть крупную ставку. Однако пусть он думает, что вы делаете это ради него. Для вас приз - это большая ставка: он означает жизненный провал или успех. Помните, что вы участвуете в этой борьбе, чтобы победить. Удовлетворение прихотей и капризов в первый год супружеской жизни ведет к формированию дорогостоящих привычек и может стать тем фактором, который в будущем будет означать неудачу, когда вы всем сердцем пожалеете, что не начали все по-другому. Время жертвовать собой, усердно работать, планировать наперед - это время молодости, когда надежды сильны, а здоровье крепкое, а не тогда, когда амбиции ослабевают, когда возраст утомляет, когда эффективность невозможна, когда сожаления наваливаются на нас, а неудачи уничтожают энергию, надежды и счастье. Борьба за жизнь - это реальность для каждой рожденной души, но она стоит того, чтобы бороться, и слава выигранной борьбы - это величайшее человеческое удовлетворение по эту сторону могилы. Попробуйте, постарайтесь победить.

Убедитесь, что ваш муж получает **достаточную** физическую **нагрузку**. Если его работа кабинетная, продумайте план, как заставить его заниматься физическими упражнениями, которые необходимы каждому здоровому животному. Определите, что именно необходимо и что именно вы хотите, чтобы он делал, а затем начните успешно работать над этой целью. Возможно, ему нужна систематизированная гимнастическая работа. Если это так, предложите ему стать членом клуба или гимнастического зала, или купите два комплекта тренажеров и начните заниматься на них, если это необходимо. Уделяйте упражнениям по десять минут каждое утро и вечер. Вскоре он последует за вами, и у вас будет много счастливых состязаний, да еще и прибыльных. Совместная работа - секрет мира в семье. Даже если это похоже на рабство или самосожжение, какая вам разница? Вы счастливы, вы работаете ради чего-то, придет время, когда вы реализуете свои амбиции. Домашнее

счастье и материальный успех стоят того, что за них приходится платить, и их никогда не купишь на распродаже.

Возможно, ему нужны физические упражнения на свежем воздухе, попробуйте гольф, плавание, бейсбол, теннис - все, что угодно, лишь бы добиться своей цели; и все время помните, что вы ведете его за фартук, потому что открыли секрет "как это сделать".

Свобода от беспокойства... Человек не может работать эффективно и одновременно беспокоиться. Современные методы ведения бизнеса настолько напряженны, что для того, чтобы оставаться "на ринге", мужчине необходима каждая унция резерва, которым он может располагать. Не думайте, что ваш муж полностью свободен от забот и ответственности только потому, что он не занят делом. Возможно, он вышел из офиса на несколько минут раньше обычного, чтобы отвлечься от проблем. Поощряйте систему. Когда мужчина чувствует сердцем, что в мире есть один человек, к которому он всегда может обратиться и быть уверенным в том, что его встретят с любовью и сочувствием, который понимает и верит в него, куда он всегда может пойти и почувствовать уверенность в том, что наслаждается миром, комфортом и довольством, то вряд ли кто-то из друзей заменит жену, а клуб или салун займет место дома.

Как только вы узнаете, что ваш муж в доме, измените выражение лица, улыбнитесь, даже если вам больно, и подойдите к нему со знакомым приветствием и поцелуем. Делайте это каждый день своей жизни, за исключением тех случаев, когда вы больны и лежите в постели, тогда он сам пойдет к вам. Выработайте эту привычку, и если когда-нибудь наступит день, когда он вернется с работы и не будет ни приветствия, ни поцелуя, остановите весь домашний корабль, считайте это трагедией. Не позволяйте первому клину раздора войти в вашу жизнь. Если нет первой ссоры, то никогда не будет и второй. Если вы виноваты, лучше сразу все исправить или принять последствия. Прислушайтесь к нашему совету. Не экспериментируйте с мужчинами. В глубине души каждый мужчина - грубиян. В каждом мужчине живет элементарный дьявол. Не пробуждайте его. Вы всего лишь женщина. Не провоцируйте ссору. Вы получите самое худшее. Держитесь мирной стороны улицы. Всегда ошибочно говорить слишком много. Слова - это яд, когда молчание - золото. Нельзя совершать ошибку, оставляя мужа в покое, если он виноват. Время - прекрасный лекарь, оно залечит почти любую рану. Ваш такт, ваше молчание, ваш кажущийся страх (другими словами, ваш метод "действовать в правильном духе и правильным способом") и возможность все обдумать заставят его устыдиться. Он захочет вернуться к вам, и этот урок запомнится ему надолго, - если, и это очень важно, жена не будет превозносить свой триумф и пилить его по этому поводу. Соблазн ошибиться велик, и мало кто из молодых жен может ему противостоять. Однако храните молчание. Не упоминайте об этом, и вы выиграете больше, чем думаете. Блаженна та, кто может забыть то, что не стоит вспоминать.

Вы избежали первой ссоры, и, поскольку "первая ссора" - это историческое событие в жизни каждой замужней женщины, оно может быть достойно дальнейшего рассмотрения.

Первая ссора Некоторые женщины становятся слабыми в кризисной ситуации и портят свои шансы на успех, несмотря на то, что обстоятельства могли сложиться в их пользу. Некоторые женщины смело встречают кризис и делают именно то, что нужно, в нужное время, но после того, как кризис миновал, терпят поражение. Возьмем, к примеру, случай, о котором мы только что рассказали. Когда муж впервые приносит в дом образец своего настоящего "я", это не является неожиданным событием, хотя и может быть неприятным шоком для молодой жены; и она не должна превращать это событие в важный инцидент, неправильно распорядившись им. Тем не менее, это событие само по себе судьбоносное, и оно может

оказаться моментом судьбы. До сих пор в отношениях преобладал дух влюбленного, сохранялась атмосфера медового месяца, не было ни трений, ни ссор. Но сегодня ночью муж принес в дом делового *брюзгу*, его воинственные порывы находятся чуть ниже поверхности, малейшее неудачное слово, малейший недостаток такта, неумение правильно "прочувствовать" ситуацию, взорвут мину и разрушат мечту. В глубине души мужчина не хочет ссоры, но грубая сила в нем будет драться, если обстановка располагает к этому. Чтобы поссориться, нужны двое. Поэтому молчание со стороны жены - единственное решение проблемы. Если первая ссора никогда не произойдет, второй не придется бояться. Молчание, какой бы ни была провокация, каким бы острым ни было чувство несправедливости, молчание - единственный безопасный выход. Если оставить мужа в покое, ему станет стыдно за ситуацию, которую он создал своим отсутствием самоконтроля, дух любовника победит грубость. Он будет сожалеть о причиненной боли; он захочет поскорее забыть и получить прощение, хотя, возможно, и не пойдет на формальные извинения. Официальные извинения и примирение, по его мнению, придадут достоинство этому эпизоду и сделают гору из крошечного холмика. Жена отнесется к этому с пониманием, хотя это и несправедливо по отношению к ней. Муж, однако, не будет недооценивать важность этого события и во многом станет лучшим мужем в будущем, но он не хочет говорить об этом или чтобы с ним говорили об этом. Это часть мужской психологии, и успешная жена обнаруживает это на ранней стадии и действует соответствующим образом.

Благополучно проведя свое судно через мутные воды, не проявляйте слабость и глупость, когда достигнете тихой гавани. Когда наступит момент пассивного примирения, когда нужно будет вернуться к домашней рутине, не проявляйте духа обиды. Будьте приятны, не плачьте, не устраивайте истерик. Будьте сильной, не обращайтесь на всю эту историю, оставьте ее в руках времени и забудьте о ней. Победа за вами, не упустите ее.

Поиск виноватых. - Позже, когда, по всей вероятности, именно жена станет тем человеком, чье поведение будет провоцировать неприятности из-за забот, связанных с ее более или менее однообразным домашним существованием, нужно будет проявлять большую осторожность, чтобы невольное беспокойство не стало причиной ссор. Когда мужчина приходит домой вечером усталый и голодный, жаждущий покоя, уюта и приятного общения, это хуже анархии - не только не получить приветствия, но и заметить недовольство на лице жены и выслушать тираду с поисками виноватых. У вашего мужа есть свои проблемы. Наглость горничной, кривляние ребенка, шум соседских детей, жесткость мяса у мясника его не интересуют. Он голоден, он хочет есть, и, прежде всего, он хочет отдыха и покоя. Мы рассматриваем этот вопрос с экономической точки зрения. Молодая жена должна понять, что если она ищет недостатки, если она беспокоит своего мужа, то мешает ему работать и ставит под угрозу достижение успеха - своего собственного успеха. С чисто эгоистической точки зрения это плохая инвестиция.

Возможно, многим молодым женам будет интересно узнать, что ряд крупных корпораций недавно начали систематически изучать домашнюю обстановку своих сотрудников. Если выясняется, что они несчастливы или не наслаждаются спокойной и благоприятной домашней жизнью, они увольняют их. Они утверждают, что человек, который беспокоится, не может быть эффективным, а если он не эффективен, то не может быть надежным сотрудником. Некоторые железные дороги не допустят инженера к управлению пассажирским поездом, если выяснится, что он несчастлив в браке. Поэтому молодая жена должна понимать, что она может нести прямую ответственность за эффективность и успех своего мужа. Если женщина ведет себя так, что мешает мужу зарабатывать, она воздвигает

на пути к счастью и успеху препятствие, которое является фундаментальным, постоянным и непреодолимым. По справедливости по отношению к себе, к мужу и к будущему она должна быстро решить, являются ли условия такими, что изменение невозможно, и если да, то она должна, чтобы предотвратить трагедию, добиваться развода.

Работа должна быть интересной - ни один человек не сможет проявить максимальную эффективность, если ему не интересна его работа. Это стало азбучной истиной в бизнесе. Как жена может помочь в этом вопросе? Сотрудничеством, тактичными советами, предложением новых методов, зарождением новых идей, которые могут открыть путь к новым возможностям.

Даже рутинная работа интересна, если рассматривать ее как ступеньку к чему-то лучшему. Однако, чтобы оправдать эту надежду, она должна быть сделана основательно. Жизнь - это борьба, борьба, в которой побеждают многие, а выживают немногие. Выживают лишь те немногие, кто наиболее полно соответствует своему окружению. Если человек получает правильное питание и достаточную физическую нагрузку, свободен от забот, другими словами, если у него есть жизненная сила, он не может не отдавать в полной мере то, что получает. Его работа, по крайней мере, будет удовлетворительной. Если же он не проявляет интереса к работе потому, что она не полностью удовлетворяет его амбиции, то это великолепная возможность для тактичной и находчивой жены.

Одной предприимчивой жене, чей муж получал небольшую зарплату как бухгалтер, было предложено посоветовать ему изучать стенографию и переписку в Y. M. C. A. Он так и сделал и теперь является личным секретарем президента крупной корпорации с зарплатой в шесть тысяч долларов в год. Жена подбадривала и подзуживала его долгими зимними вечерами, когда он засиживался за учебой. Она принесла себя в жертву, отказавшись от светских развлечений и других удовольствий. Она заботилась о его вкусах и комфорте, а в свободные минуты так увлекательно рассказывала о том, что его ждет в будущем, когда он добьется большого успеха, что он был просто вынужден все делать правильно. Она получила свою награду, а сама борьба и усилия укрепили их характеры, расширили их симпатии и научили их истинному значению любви и привязанности.

Другие молодые жены могут добиться такого же успеха, если будут "правильно подходить к делу". В этом и заключается секрет. В этом и заключался секрет успеха этой молодой жены. Сначала она знала, чего хочет, а затем подготовила путь, тактично показав мужу, как он может повысить свою эффективность. Она дипломатично держала эту тему перед ним, прямо восхваляя его, уверяя, что у него есть способности, что ему будет легко, что он предназначен для "высших дел". Затем она нарисовала словесные картины того, где они будут жить, какой дом ей понравится, какую новую мебель она купит, и где они будут проводить отпуск, когда он будет получать зарплату, которой, как она знала, он достоин. Они начали жить в этом будущем, оно стало частью их жизни, его гордость пробудилась, ему было стыдно потерпеть неудачу, его подгоняли и подстегивали к финишу, и он выиграл гонку, потому что женился на правильной женщине. "Правильная женщина" - женщина, которая знает, что "брачный обет" не делает жену, а товарищество в несении жизненных тягот - делает.

Часть жены. Прочитав предыдущие страницы, некоторые молодые жены могут спросить, действительно ли это то, что значит быть замужем? Неужели это сплошной труд и самопожертвование и никакого удовольствия? Именно это и означает, и если в труде и жертвах нет удовольствия, то нет удовольствия и в супружеской жизни. Молодая жена, не понимающая значения такой интерпретации написанного, имеет в корне неверное представление о том, что такое супружеская жизнь.

Женщина, которая начинает супружескую жизнь с менее верными идеалами, чем те, что изображены в исполнении перечисленных нами обязанностей, навязывает их мужу и лжет себе. Она не достигнет счастья и успеха. Выходить замуж ради того, чтобы хорошо провести время, должно быть преступлением, караемым государственной тюрьмой.

Счастье, довольство и успех - это результат хорошо выполненного долга. Они являются логическим вознаграждением за усилия и жертвы. Индивидуальное счастье не является главной целью существования в этой жизни. Эффективно работать - вот высшая обязанность. Естественно желать счастья и трудиться ради него; но нелепо раздражаться и злиться из-за того, что мы его не находим. Счастье в браке достигается только путем бесконечного самоотречения и усилий.

Мы должны бороться, иначе мы деградируем. Правильная интерпретация расового прогресса доказывает эту истину. Усилие - это высший закон. Все блага даны человеку ценой труда.

СОВЕТЫ МОЛОДЫМ ЖЕНАМ

ГЛАВА XXV

"Если вас заставляют работать, и заставляют делать все, что в ваших силах, это породит в вас сдержанность, самообладание, трудолюбие, силу воли, довольство и сотню добродетелей, о которых праздные люди никогда не узнают".

Чарльз Кингсли.

КАК ДОБИТЬСЯ УСПЕХА

Чем молодая жена обязана самой себе - Почему я родилась - Какие личные качества необходимы для успеха - Какие личные качества необходимы для счастья - Самоконтроль - Что такое мысль - Что такое самоконтроль? контроль - Что такое мысль - Злая привычка поспешных суждений - Привычка к плохим мыслям - Тренировка ума - Поступайте правильно - Убедитесь, что друзья вашего мужа - ваши друзья - Будьте хорошим товарищем - Два типа людей в мире - Все зависит от того, что мы делаем с умом Мы делаем с нашим умом - Самая популярная женщина - Дар лести - Выбор друзей - Настоящая дружба ничего не ждет и не требует - Настоящая дружба необходима - "По друзьям вас будут знать" - Принятие решений - Формула успеха - Когда удача стучится.

Если молодая **жена** добросовестно выполняет свой долг, она должна кое-что сделать для себя, для своего мужа и для своих будущих детей. Она тоже должна сохранять свое здоровье, свою работоспособность. Охраняя здоровье и способствуя работоспособности своего мужа, она многое сделает в этом направлении. Однако в ее распоряжении будет много свободных минут. Мы уже отмечали, что это моменты судьбы. В ближайшие годы она

будет вспоминать об этих минутах с настоящей гордостью или сожалением, в зависимости от того, как она их провела или потратила не по назначению. Давайте начнем все сначала, с новым интересом и энтузиазмом, и попытаемся понять, что именно имеется в виду.

Каждый человек в какой-то момент жизни задает себе вопросы: "Зачем я родился? С какой целью я был создан и помещен на эту землю? Есть ли в жизни какая-то реальная цель или смысл, кроме как скоротать время от дня к дню и от года к году?" Для большинства этот ответ вызывает недоумение и не приносит удовлетворения. Все великие умы, глубоко изучившие эту проблему, единодушно соглашались, что в жизни есть цель. Мы не являемся чем-то отдельным, изолированным существом. Мы - часть живого целого; каждая наша мысль, каждый поступок, каждое произнесенное слово, каждое чувство, каждая страсть, каждая молитва взаимосвязаны с каждой другой мыслью, поступком, словом, чувством, страстью и молитвой любого другого живого существа во всей вечности. У нас есть идеал, который мы должны поддерживать, и если мы не верны или не справляемся, мы прерываем, оскверняем вечную схему мироздания. Поэтому мы будем нести ответственность за то, как мы живем, - за весь итог нашего существования. У нас есть цель, которую мы должны выполнить, ответственность, которую мы должны поддерживать. Если мы неверны этой цели и не справляемся со своими обязанностями, мы лишаем мир помощи, которую должны оказать, и, в гораздо большей степени, мы лишаем себя благ и удовольствий, каждое мгновение нашей жизни, больших, чем мы можем себе представить.

Мир насчитывает много веков, и за это время жили и умирали миллионы людей. Определенный процент этих мужчин и женщин прожил жизнь, которая улучшила мир. Они оставили после себя мысли, которые будут жить во все века. Они доказали истинность какого-то основного неизменного принципа. Они привлекли внимание человечества к реальности некоего непреложного факта. Эти истины, эти принципы, эти факты были проверены, и оказалось, что они вечны. Другими словами, мы видим, что существуют определенные истины, определенные принципы, определенные факты, которым должно подчиняться каждое живое существо, которые должны жить в соответствии с ними или погибнуть. Каждая мысль, каждый поступок, каждое движение каждого живого существа регулируются непреложными законами, которые управляют нашей жизнью и которым мы должны соответствовать или понести наказание в виде неудачи. Человеческая природа - это загадка Бога!

Каковы личные качества, которые, как показывает опыт, необходимы для достижения счастья и успеха? Опыт учит нас, что определенные личные качества необходимы для достижения успеха и счастья. Например, мы должны быть хозяевами самих себя. Мы должны овладеть искусством самоконтроля. Самообладание - это свидетельство высокого интеллекта. Существует множество градаций умственного прогресса, прежде чем будет достигнут полный самоконтроль. Полное самообладание в супружеских конфликтах - это долгое и трудное приобретение. Вероятно, оно достигается в минимальном количестве случаев. Тот, кто обретает самообладание, уступая в адаптационный период, о котором мы уже писали, не является слабым. Молодая жена должна всегда помнить, что основополагающим принципом, которого следует неукоснительно придерживаться в доме, является справедливость. Будет много случаев, которые подвергнут суровому испытанию ваш нрав и ваше терпение, но, если вы хорошо держите себя в руках, если вы понимаете себя, вы выйдете из конфликта успешно и, как следствие, немного сильнее. Когда мы обретаем решимость устранить себя в этих домашних дрязгах, мы начинаем строить характер.

Что такое мысль? Величайший продукт творческого вдохновения - человеческий мозг. Сам факт обладания каждым человеком одним из этих чудесных продуктов подразумевает ответственность, ответственность за то, что мы будем с ним делать. Мысль - это порождение деятельности мозга или разума. Это может быть плохая или злая мысль, а может быть и хорошая. Давайте вернемся к молодой жене, когда она собирается начать час или около того отдыха после обеда. Если ее работа на это время закончена, предположим, что она решила заняться рукоделием. Она удобно устраивается в кресле и вскоре оказывается поглощена работой. Так ли это? Несомненно, это так, и она представляет собой очень похвальную, безобидную, привлекательную картину, но в ее голове проносятся тысячи мыслей. Не шитье, которое она делает, будет взвешено на весах, не терпеливые стежки, стежки, стежки, которые она делает, будут отмечены как хорошо проведенный час. Именно одна мысль, которая будет преобладать над всеми остальными, расскажет окончательную историю благодаря своему воздействию на ее собственный разум. Мысль, возникшая однажды, даже если она никогда не будет высказана, является таким же творением, как и совершенный поступок.

Предположим, что накануне вечером эта молодая жена присутствовала на светском приеме у друзей и по какой-то пустяковой причине у нее сложилось неблагоприятное впечатление о другой гостье; в течение часа шитья, который мы обсуждаем, она перебирает в уме все происшествия, случившиеся на приеме, и из-за прежнего впечатления по-прежнему думает о даме недоброжелательно. Она выносит ей свой собственный приговор. Что она сделала на самом деле? Она создала мысль, мнение, которое теперь стало частью ее сознания, потому что оно навсегда записано в клетках ее мозга, и, хотя она не имела оснований выносить суждение о характере человека таким поспешным образом, она навредила себе, создав дурную привычку, - привычку поспешных суждений, - которая будет влиять на ее способ суждения до тех пор, пока она жива. На этом дурное влияние может не закончиться - такое случается редко. Случайное замечание - все еще продукт поспешного мнения - сделанное другой женщине об этой даме, создаст у нее неблагоприятное впечатление о ней, и если бы вы могли проследить все маленькие градации первого несправедливого мнения через все стадии сплетничающего общества, вы были бы поражены ростом и злом, совершенным мыслью, родившейся среди, казалось бы, невинной и благожелательной обстановки часового шитья. Если вы приучите свой разум создавать плохие мысли, вы станете жертвой этой привычки. Каждая плохая мысль облегчает создание другой плохой мысли, потому что от плохой привычки, как мы все знаем, трудно избавиться. Поэтому невыраженная плохая мысль приносит вред только тому, кто ее высказывает. Если же плохая мысль будет высказана другому человеку, невозможно сказать или оценить, какой вред она может нанести. Жизнь такова, какой мы ее делаем. Если мы привыкли думать о несправедливом, недобром, эгоистичном, плохом, то мы живем в этой атмосфере. Вся ваша жизнь будет отражением вашего ментального настроя. Если вы питаете свой разум такой пищей, как вы можете надеяться вырасти довольной, счастливой женщиной? Не будем заикливаться на темной стороне. Есть и другая картина, более привлекательная, более трудная для осознания, правда, но более совершенная, как следствие.

Тренировка ума. - Никогда в истории мира не было времени, когда так много людей стремилось к определенному знанию, - какой-то схеме менталитета, какой-то ментальной атмосфере, - каким-то духовным или идеалистическим явлениям, - которые бы удовлетворили жажду, голод беспокойного и неудовлетворенного человеческого ума по абсолютному просветлению в отношении тайн жизни. Любопытно, что для достижения такого знания все эти различные организации, как бы они ни расходились в методах,

признают, что образование человеческого разума и признание его точных возможностей является конечной целью, через которую должно прийти окончательное просветление.

Поэтому мы должны признать, что от того, что мы делаем со своим разумом, зависит мера успеха и счастья, к которым мы можем стремиться. Успех не достигается без усилий, но каждое маленькое усилие, которое мы затрачиваем, очень помогает в решении этой задачи. Приучите свой разум думать о справедливом, добром, хорошем. Не заикливайтесь на плохой стороне любой проблемы, ищите хорошую сторону, потому что у каждой проблемы есть хорошая сторона. Так же как и у каждой человеческой души. Когда вам передают недобрую, несправедливую, плохую мысль от другого человека, не признавайте ее, не заикливайтесь на ней, сразу же делайте ее отрицательной, уверяя себя, что есть и другая сторона вопроса. Все мы знаем, как легко пнуть подзаборную собаку. У каждого из нас на примете есть подруга, знакомая, возможно, пожилая дама, которая славится в своем окружении добрыми манерами и добрыми мыслями. Эти две вещи идут вместе. Среди ее друзей хорошо известно, что она не потерпит, чтобы в ее присутствии высказывались недоброжелательные, несправедливые, злые отзывы даже о самом скромном или низком члене общества, не защищая тут же жертву злословия, представляя ей возможную другую сторону. Ее жизнь была примером, вдохновением для общества, потому что она всегда оказывала доброе, сочувствующее, помогающее влияние. Именно такая атмосфера, такое окружение сдерживает сплетни, подавляет скандалы, спасает от сердечных болей и предотвращает домашние трагедии.

Самое интересное исследование, которым вы когда-либо занимались, если вы верны себе, - это работа вашего собственного разума.

Изобретательность вашего мозга будет доставлять вам постоянное удовольствие. Вам помогут книги, и вы найдете урок во всем, что увидите и услышите. Жизнь покажется вам другой, и вы подниметесь над плоскостью, в которой мелкие рутинные досады повседневной жизни кажутся тяготами и горестями. Женщина, если она поступает "правильно", может делать со своим мужем-любовником все, что ей заблагорассудится. Если же она использует эту власть из эгоистических побуждений или не по назначению, то в конечном итоге проиграет она. Если же она дальновидна, использует свою власть для строительства дома, справедлива, уважает мужа, честно отводит ему истинное место в своей схеме, любит и почитает его, тактична, то нет предела тому, чего она может добиться, если речь идет о личном счастье ее, мужа и детей. Мы все знаем, что закон - это не всегда справедливость. Мы также знаем, что не существует такой аномалии, как идеальный человек. Способность добиваться своего без явного принуждения, жертвовать правдой или честью зависит от успешных качеств, которые способствуют формированию целостной и гармоничной личности. В психологии существует аксиома, что для достижения наивысшего успеха необходимо сначала понять, а поняв, победить плохие и развить хорошие черты в собственном темпераменте, прежде чем пытаться управлять поведением любого другого человека. Вы должны понять себя, прежде чем пытаться понять своего мужа. Многие из его лучших качеств - качеств, которые, если их правильно понять, помогут сделать вашу жизнь счастливой, - могут быть неправильно поняты, неверно истолкованы и стать постоянным поводом для сомнений, ревности и ссор.

Если ваш муж предпочитает делать что-то не так, как вам нравится, это вовсе не означает, что он не прав, и такое состояние не оправдывает ссор. Подумайте об этом серьезно, в тишине поспорьте сами с собой и отдайте его стороне ту же справедливость, на которую вы рассчитываете. Если вы сможете привести убедительные доказательства того, что его путь не самый лучший, даже если он не является действительно неправильным с этической точки

зрения, он, вероятно, уступит, если, - и не упускайте это из виду, - вы "пойдете по этому пути правильным образом и в правильном духе". Вряд ли вас выслушают терпеливо, если в прошлом у вас была привычка придирааться и переубеждать его. Не считайте тактичные способы отстаивания своей точки зрения свидетельством слабости. Это, несомненно, свидетельство силы характера, и каждый раз, когда вы выигрываете очко в дружеском споре с мужем, вы многого добиваетесь. Он будет еще больше уважать вас за вашу справедливость и втайне восхищаться вашей способностью защитить себя. Вы обретете уверенность в своих суждениях и станете смотреть на вещи шире и с менее эгоистичной точки зрения.

Друзья вашего мужа должны быть вашими друзьями. Убедитесь, что друзья вашего мужа - ваши друзья. Деловые или профессиональные обстоятельства не всегда позволяют мужчине выбирать или подбирать своих знакомых. Однако вы можете быть уверены, что он не будет просить или ожидать, что вы будете общаться с сомнительным человеком, хотя, возможно, придется на время поприветствовать нежелательного делового или профессионального партнера. Когда такие случаи случаются, не упускайте возможность помочь, проявляя вспыльчивость или недовольство. Возможно, он пытается извлечь максимальную пользу из неудачного инцидента. Помогите ему. Не отговаривайте его, ведь в глубине души он стремится получить какое-то преимущество в бизнесе, которое принесет пользу как вам, так и ему самому.

Ничто так не радует мужчину, как осознание того, что его жена - "хороший человек", что независимо от того, что кажется сомнительным на поверхности, он может положиться на нее, зная, что под ней все в порядке, - что его мотивы хороши.

Не предлагайте ему лгать, чтобы избежать ругани. Нет ничего более прискорбного, ничего более легкого для обычно хорошего, но непонятого мужчины, чем тенденция лгать по мелочам, если он в глубине души чувствует, что жена будет ругать его, что она не поймет, в чем дело. Это ранит его самоуважение, и все же он выбирает незначительное зло, как ему кажется, он жертвует своей мужественностью в интересах мира в семье.

В мире есть два типа людей: те, кто хочет, и те, кто не хочет. Есть люди, которые не хотят видеть истину, не видят смысла в споре, тупые и упрямые. Эта черта - в основном умышленная испорченность и невежество. Мы не можем не отметить их вскользь, но вряд ли надеемся заинтересовать их, хотя и не можем сдержать своего сочувствия.

Молодые жены, попавшие в эту категорию, так и останутся отстающими, дегенератами. Их эволюция - это революция, они становятся искателями недостатков, недовольными, сплетниками. Они не любят себя и их не любит никто из людей. Они - домашние неудачницы. Как жены они позорят пол, как матери они позорят Бога.

В действительности во Вселенной есть только одна вещь - разум. Под словом "разум" мы подразумеваем способность рассуждать. Каждый человек приходит в этот мир с этой способностью. Наше здоровье, счастье, эффективность, успех полностью зависят от того, как мы используем это право, данное нам от рождения. Эта способность ничем не ограничена. Наследственность и окружающая среда не имеют к этому никакого отношения. Это личное уравнение. "Все зависит от того, как вы это делаете", - часто повторялось на предыдущих страницах. Это означает, что вы используете свой ум, и в этом секрет эффективности и успеха молодой жены. Настоящее счастье - это продукт разума. Оно порождено деятельностью ума. Мимолетные удовольствия не формируют характер, но созданная мысль - это беременная возможность. Молодая жена, которая начинает свою супружескую жизнь с идеалами, с решимостью добиться успеха, с определенными продуманными планами, будет прогрессировать. Ее мир - это ее муж и ее дом. Ее муж должен

преуспевать, ее дом должен быть уютным и счастливым. Она должна внести свой вклад в достижение этих результатов. Если она позволит своим личным развлечениям стать доминирующей целью, то потерпит неудачу. Она не может преступить закон и остаться неприкосновенной. Как же начать жить правильно? Отдавать все силы своему дому. Женщина, которая дарит свои самые любезные улыбки и самые пленительные манеры обществу, неверна своему мужу и своему дому. Самое красивое платье и самые яркие драгоценности должны украшать ее собственный обеденный стол. Выносить их только для того, чтобы посетить прием или чаепитие, - это осквернение. Многие женщины тратят свои моральные и духовные силы на "клуб", а увядшие остатки приносят в жертву угасшему домашнему очагу. Мы не имеем права помогать строить церковь или развивать филантропию, истощая свои силы и ресурсы на эти цели, чтобы затем отдать расшатанные остатки своих талантов дому и домашнему хозяйству. Женщина также не имеет права истощать свои силы, занимаясь простым домашним хозяйством, и оставлять для вечерних бесед комков трепещущих нервов и взвинченного темперамента. Такие женщины не занимаются домашним хозяйством. Их идеал жены и материнства в корне неверен. Все силы тела, разума и духа должны быть направлены на создание домашней атмосферы. Именно в создании этого качества заложены удовлетворенность, покой, счастье, и никак иначе.

Молодая жена с идеалом, с определенным планом, с истинным осознанием своего достоинства и важности никогда не найдет времени на ежедневные сплетни через задний забор с соседкой и не присоединится к кружку шитья, чья функция, как известно, заключается в скандальном торге. "Отдавайте все силы своему дому" - одно из главных преимуществ наличия конкретного плана заключается в том, что он полностью занимает наш разум. Если у нас есть цель, если мы чего-то хотим, это подразумевает интерес, а если нас что-то сильно интересует, мы об этом думаем. Каждая свободная минута будет использована умом для придумывания путей и средств достижения цели. Мы не найдем времени на сомнительное развлечение в виде сплетен. Женщины, которые вечно суют свой нос в чужие дела, отягощают свой разум чужими делами, являются суетными, всегда пренебрегают своим домом и своими детьми. У них нет идеалов, они - отбросы общества. Помните, что "сатана находит, чем занять праздные умы".

Самая популярная женщина. - Самая популярная женщина - это та, за которую проголосовало бы большинство женщин на конкурсе популярности. Многие женщины настолько известны как лисицы и завистницы по отношению к представителям своего пола, что, казалось бы, стоит проанализировать квалификацию самой популярной женщины, чтобы обнаружить то единственное качество, которое привлекает ее собственный пол. Исчерпав список, мы обнаружили, что самая популярная женщина в высокой степени обладает качеством тактичной, или дипломатичной лести. Искусство лести - это приобретенная привычка. Государственные деятели и политики знают его ценность. Даже маленькие соискатели государственных постов усердно культивируют ее. Она, несомненно, имеет огромное значение в любой сфере жизни, но не стоит ею злоупотреблять. Каждый член человеческой семьи будет терпеть большое его количество, не проявляя недовольства. Именно поэтому она является ценным активом и столь полезна в целом. Иногда женщина хвастается, что не любит лести, и очень радуется, когда вы говорите ей, что единственное качество, которым вы в ней восхищаетесь, - это то, что она не умеет льстить. Если, таким образом, молодая жена желает стать популярной ради самой себя или рассматривает это как один из способов способствовать эффективности своего мужа, если его успех зависит от общественного одобрения, она может овладеть искусством дипломатической лести.

Овладение любым искусством не является односторонним достижением. Оно полезно во многих отношениях и, несомненно, способствует формированию характера. Никто, например, не может овладеть искусством тактичной лести и при этом сохранить кислый или злой нрав. Чтобы умело льстить, вы должны казаться восхищенным, а восхищение должно выражаться в улыбке и добрых словах. Эти привычки запечатлеются в вашем внутреннем сознании, и не успеете вы оглянуться, как они станут составной частью вашего темпераментного арсенала.

Самая популярная женщина приобретет привычку делать лестные замечания при каждом упоминании чьего-либо имени, и она никогда не будет виновата в том, что критикует живого или мертвого человека. Она возьмет за правило в жизни, чтобы поддерживать свою репутацию, никогда не наживать себе врагов. Она овладеет искусством вкрадчиво пожимать руки, мило улыбаться и делать уместные замечания. Никто не уйдет от нее, не почувствовав, что она очень любезна. Она даже передаст им в своей неподражаемой манере впечатление, что считает их "в самый раз". Она искусно использует "блеяние" как науку. Лестивые замечания, которые она будет делать в адрес других, будут передаваться тем, кому она их делает, и она станет причиной эпидемии эгоизма по всему городу. Это замечательное искусство.

Если молодая жена будет продолжать в том же духе в течение некоторого времени, она начнет замечать некоторые вещи. Ей самой будут оказывать много лестного внимания, и куда бы она ни пошла, к ней будут относиться с особым вниманием. Ее будут принимать радушно, и каждая стремящаяся к этому женщина будет прилагать все усилия, чтобы включить ее в число своих подруг. Ее будут приглашать участвовать в общественных мероприятиях, когда в них принимают участие представители ее пола, ей будут оказывать благосклонность и отстаивать ее интересы во всех общественных организациях.

Она, несомненно, будет достойно носить свои лавры, а ее успех будет легко приобретен. Ее настроение и здоровье быстро откликнутся на эликсир ее интересных трудов. Жизнь будет полна новых и удивительных интересов, и это будет стоить затраченных усилий. Сон будет более освежающим, нервы не будут беспокоить, а аппетит станет источником глубокой благодарности для нее. Она будет излучать доброжелательность, которая окажется заразной, а вся ее философия существования станет благотворительностью. Безусловно, это стоит того.

Выбор друзей. - Молодой жене следует выбирать друзей с осторожностью. Помните, что вы начинаете новую жизнь, в которой даже мелочи могут оказать дурное влияние. Следует понимать разницу между настоящей дружбой и дружескими отношениями с распутными знакомыми. Врач имеет больше возможностей наблюдать за поведением женского элемента общества, чем любой другой человек. Мы пришли к тому, что молодые жены делятся на два типа: те, кто строго занимается своими делами, и те, кто в основном занимается делами своих соседей. Не будет лишним сказать, что время молодой жены будет полностью занято, если она начала свою карьеру домохозяйки с намерением стать домохозяйкой. Поэтому она не может позволить себе тратить время на беспорядочные знакомства. Женщины, которые становятся неразборчивыми в своих дружеских связях, тратят время впустую по нескольким причинам, а именно

1-я. Муж и дом - это еще не все их существование. Если успех и счастье зависят от того, как будет использован первый год супружеской жизни, то муж и дом должны быть всем существованием молодой жены.

2-е. У женщин, которые тратят время впустую, нет идеалов. Женщины без идеалов - не домохозяйки. Домохозяин не может получить никакой информации от женщины, которая тратит свое время на безделье.

3-е. Безделье порождает несчастья. Тот, кто бездельничает, - озорник. Бездельничающий мозг ищет развлечений, а поскольку импульсы бездельничающего мозга злы, такие женщины - сплетницы, скандалистки и разрушительницы домашнего очага.

4-е. Настоящая дружба ничего не требует. Распутная дружба, напротив, требует чего-то, и поскольку эти женщины живут в атмосфере зла, они мысленно живут на скандалах и сплетнях. Это их ментальная плоскость, и они не дают и не берут ничего выше того, что понимают.

Поэтому молодой жене следует остерегаться такой формы дружбы. В каждой общине страны таким образом наносится бесконечный вред. Ни один дом, ни один человек не является слишком священным для язвительных языков этих скандалистов. Они дремучие невежды, хотя и прекрасно говорят. Они втираются в доверие к добровольной жертве, выведывают ее секреты и разрывают ее на куски на ближайшем углу улицы. Многие мужчины начинали супружескую жизнь с похвальным намерением помочь сформировать менталитет своей молодой жены, сохранить ее невинность и чистоту помыслов, но были уничтожены злыми махинациями этих беспризорников. Он будет поражен и изумлен теми мнениями, которые она высказывает, и если он не выяснит, откуда она их берет, и не проконтролирует происходящее осквернение, то в самом ближайшем будущем она станет для него недостижимой. Ни одна уважающая себя женщина не станет терпеть таких знакомых. Однако есть много невинных, чистых женщин, которые по своей природе слишком нежны, чтобы самоутверждаться, оскорбляя другую женщину на этом этапе своего опыта, , которые имеют задатки хорошей жены и матери, но сознательно становятся жертвами в силу своей нежности, и, как следствие, теряют свои идеалы и становятся неудачницами.

Настоящая дружба необходима. Многие мужчины и женщины по праву приписывают весь свой успех и счастье тому, что у них был правильный друг или друзья. Чарльз Кингсли, когда миссис Браунинг попросила его рассказать секрет своей жизни, ответил: "У меня был друг". Дружба, которая не является вдохновением, стимулом к более высоким мыслям и благородным поступкам, не является истинной. "Настоящая дружба ничего не требует". Она дает. Мы должны укреплять дружбу с теми, кто знает больше, чем мы, чтобы учиться и извлекать пользу из этих отношений. Некоторые люди излучают сочувствие, доброжелательность и вдохновение. Инстинктивно мы можем определить этих людей, когда оказываемся в их присутствии. Мы уходим от них не однажды, а всегда с ощущением, что в них есть что-то, что заряжает энергией и вдохновляет. Они пробуждают в нас лучшие качества. Мы осознаем свои недостатки и ошибки, а в их компании стремимся высказать достойные мысли. Мы чувствуем себя способными на великие поступки. Если бы мы могли окружить себя такими друзьями, то почувствовали бы, что жизнь стала бы более значимой и что мы могли бы многого достичь. "Кто ходит с мудрыми людьми, тот будет мудрым". Вот где ценна настоящая дружба. Эти моменты вдохновения помогают нам собраться с силами. Мы поднимаемся чуть выше, видим дальше и яснее, постигаем смысл жизненного долга; они меняют весь облик жизни. Мелочи, досады, разочарования, неудачи, боли, печали, страсти мы видим в их истинной перспективе, и они больше не узурпируют важность, потому что мы начинаем понимать значение того, что находится за пределами нашего мира. Случайности жизни перестают быть самой жизнью.

Один друг, один настоящий друг для молодой жены, действительно станет для нее опорой. Каждой молодой жене нужен друг. Желание сочувствия живет в каждом человеческом сердце. Даже самый усердный человек нуждается в ободрении и похвале. Удивительно, как небольшая похвала побуждает нас быть более достойными. Даже наши радости никогда не опьяняют, если их не рассказывать. Делясь своим счастьем и радостью с другим, мы удваиваем их. Настоящая дружба означает доверие, привязанность, гармонию, любовь. Быть в гармонии с одним человеком означает, что мы приглашаем к гармонии все человечество.

Если человек создан по образу и подобию Божьему, то каждый человек должен быть в большей или меньшей степени божественным. Доверие, привязанность, гармония, любовь - атрибуты настоящей дружбы - являются божественными искрами в нашем человечестве. Поэтому настоящая дружба - это рост в божественном смысле. В жизни есть реальные вещи, которые мы редко признаем, но которые, тем не менее, реальны. Мы не часто признаем существование божественного в себе, но оно есть. Если бы мы чаще признавали это, то жили бы ближе к истине, ближе к Богу.

Когда мы читаем в прессе историю катастрофы *"Титаника"*, как после того, как все шлюпки ушли, а злосчастный корабль замер, прежде чем совершить свое ужасное погружение, как обреченные души стояли на его палубе и возвышали свои дрожащие голоса в унисон с бравым оркестром под песню "Ближе к тебе, Боже мой", - что-то сжимает наши сердечные струны, и мы видим, как божественная реальность пытается выйти на поверхность, чтобы выразить себя в той всеобщей дружбе, из которой создаются герои. Когда мы стоим у постели больного, наблюдая за судорожными, последними вздохами любимого ребенка или старой, заслуженной и верной матери, в наше сознание проникают чувства, которые нам чужды, но они наши, часть божественного в нас, которое в мире, где мы работаем каждый день, мы заглушаем и подавляем. Дружба, как никакое другое человеческое качество, приносит этот божественный элемент в нашу реальную жизнь. Те, у кого никогда не было друга, так и не разгадали загадку человеческой природы.

Однако мы должны помнить, что есть люди, чья жизнь отрицает эту божественность. Они не способны на настоящую дружбу, а в благополучные дни высмеивают заложенные в них чувства и считают любое упоминание о подобных вещах глупым и бабьим. Однако именно эти крикливые герои громче всех кричат, когда судьба ставит их на тонущие палубы.

Стремитесь быть достойными настоящей дружбы. Будьте готовы отдать все лучшее, что есть в вас. Нам необходимо вдохновение божественного, которое скрыто в нас, мы не должны подавлять или не признавать присутствие тихого, маленького голоса, который говорит о любви и ради любви. Помните, что "по друзьям вашим узнают вас".

ОБЪЯСНЕНИЕ СИМВОЛОВ

Используемые в следующих трех иллюстрациях

MALE FEMALE

F **F** Feeble-minded.

N **N** Normal.

□ **○** Mentality undetermined.

 Shows the child in the Vineland Training School.

 Miscarriage or still birth.

 Under a symbol indicates that the individual was in some public institution.

N **F** In the first the digit shows the number of persons represented by the symbol, i. e., two normal men. In the second the digit shows the number of children, i. e., a feeble-minded woman had three children.

d. Died.

d. inf. Died in infancy (under 2 years).

A Алкоголик - означает решительно несдержанный, пьяница.

B Слепой I Безумный Sy Сифилитик

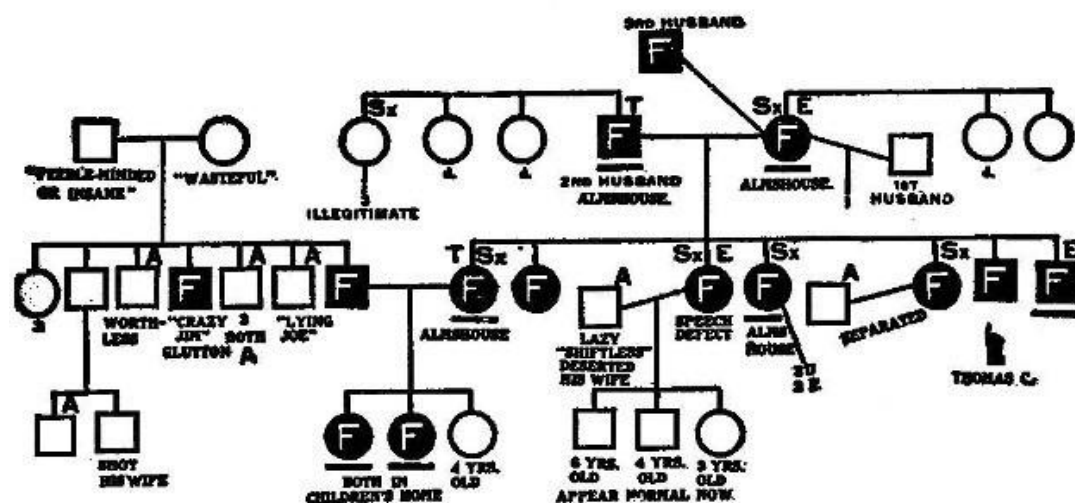
C Криминальный M Мигренозная Sx Сексуально аморальный

D Глухой Neu. Невротический T Туберкулез

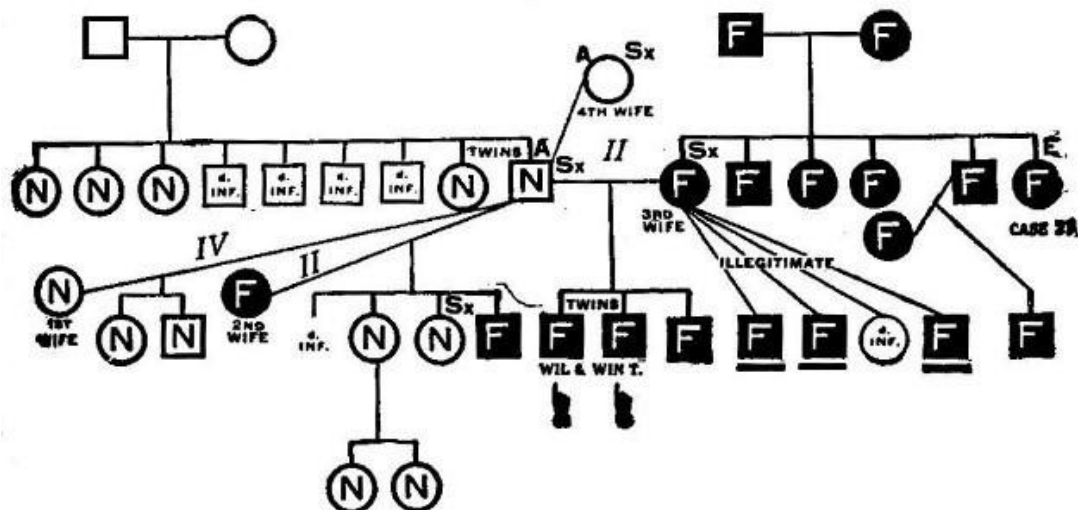
E Эпилептический Пар. Паралитический W Странник, бродяга

G зоб

НАСЛЕДСТВЕННАЯ СЛАБОУМНОСТЬ [A]



Приведенная выше диаграмма иллюстрирует первый великий закон наследственного слабоумия: если оба родителя неполноценны, то все потомство будет неполноценным. Представленная семья, очевидно, относится к очень низкому классу. Такие семьи встречаются в каждом обществе и растут, как сорняки, угрожая обществу. Неудивительно, что при таком производстве, как это, преступность проникает в мир.



Эта диаграмма особенно интересна, поскольку показывает браки нормального мужчины с нормальной женщиной, а затем с женщинами со слабым умом. Загрязнение слабого ума неизбежно. В то время как внуки от второго брака кажутся нормальными, всегда есть опасность, что их потомство будет запятнано тем, что находится в их крови. Ужас третьего брака слишком очевиден.

[A] "Feeble-mindedness; Its Causes and Consequences," Goddard, The Macmillan Company.

Принятие решений В предыдущей главе я отметил, что каждая человеческая мысль, поступок, действие, молитва и т. д. должны соответствовать определенным законам, если с их помощью мы хотим добиться результатов. Мы знаем, что это так, но не всегда подчиняемся правилам, и в конце концов удивляемся, почему у нас ничего не получается.

Психология сформулировала законы, основанные на реальных экспериментах, регулирующие каждый отдел умственных усилий или каждую отрасль систематизированных умственных достижений. Эти законы показывают, что существуют фиксированные правила, по которым умственные усилия регулируются, систематизируются и классифицируются, и что человеческий разум подчиняется этим законам, даже когда работает в неведении о них. Как бы мы ни выводили факты или рассуждали по аналогии, мы подчиняемся фундаментальным принципам.

В одной из недавних журнальных статей я прочитал следующее:

"Это моя собственная история о том, почему и как я поднимался, падал и снова поднимался. Она не была бы рассказана, если бы не тот факт, что опыт, смешанный с некоторой горечью, научил меня тому, что все подобные вещи управляются неизменными законами и правилами бизнеса и всегда движутся, подчиняясь им. Как я знаю, есть закон провала и закон успеха. Есть даже закон посредственности. Каждый человек управляется тем из этих трех законов, на который он решает сослаться и которому следует".

"Сами законы фиксированы и неизменны; человек - единственная переменная в уравнении. Он преуспевает, терпит неудачу или скатывается к посредственности в зависимости от закона, с которым он добровольно или в силу предрасположенности приводит себя в гармонию. Это мое убеждение, основанное на моих собственных приключениях с этими законами и наблюдениях за другими людьми, которые обедали и жили с ними на интимных, хотя и не всегда дружеских, условиях".

Это написал успешный бизнесмен в статье, посвященной взлетам и падениям его делового опыта. Такие признания полезно читать. Для думающего человека они указывают на необходимость серьезных, искренних, добросовестных усилий. Если эти законы существуют - а они, несомненно, существуют, - что толку пытаться добиться результатов не тем способом? Почему бы не подчиниться этим законам и не сконцентрировать усилия в правильном направлении? Невероятное количество энергии тратится впустую в попытках обыграть игру. Можно строить схемы и планы, пока не иссякнут амбиции и не угаснет надежда, но никто и никогда не найдет удовлетворительной замены упорному труду. Многие жизни были растрчены в глупых попытках найти "легкий путь". Главное - добросовестно выполнять мелочи жизни. Скромная курица делает одно дело хорошо. Только в этой стране она несет яиц на сумму в триста миллионов долларов в год. Если объединить ее яйценоскость с куриным производством, то получится, что ее урожай приносит колоссальную сумму в шестьсот двадцать миллионов долларов в год.

Мы являемся именно теми, кем заслуживаем быть: мы подходим для того, для чего подходим. Слабаков отправляют в тыл, бойцы всегда впереди.

Молодая жена может решиться на победу; все зависит от того, как она начнет готовить себя к большим возможностям. Если она не может преуспеть в малом, то не справится с задачей большего масштаба. Предположим, вы решили в течение месяца быть внимательным и любезным с каждой встречной душой. В течение месяца вы подвергнете себя жесткому испытанию: вы будете внимательны и покладисты, независимо от того, какие условия будут созданы или что может спровоцировать вас нарушить данное слово.

Факт, что большинство неудач напрямую связаны с ленью, а не с отсутствием способностей, плохим здоровьем или любой другой причиной. Некоторым людям сложнее всего на свете напрячься, чтобы "приложить усилия" для достижения успеха. Они просто делают достаточно, чтобы "удержаться на работе" или заработать на жизнь, хотя возможности вокруг них богаты обещаниями. Многие знают, что им следует делать, но, похоже, не могут этого сделать. Им не хватает амбиций, и они предпочитают идти по дороге неудач.

Если молодая жена решила быть внимательной и покладистой в течение месяца, значит, она правильная молодая жена. В ней действует правильный импульс. Сам факт, что она приняла такое решение, доказывает это. Большинство людей руководствуются двумя мотивами - необходимостью и удовольствием. Они работают, потому что вынуждены работать, чтобы существовать. Но большая часть работы выполняется безразлично. Женщина, бескорыстно и часто неряшливо выполняющая свои домашние обязанности, потратит много мыслей и времени на то, чтобы преуспеть во внешнем виде и добиться результатов на церковной ярмарке, например; или будет усердно шить каждый день и вечер платья и т. д., чтобы блистать во время двухнедельного отпуска на морском побережье, в то время как ее муж будет безразлично накормлен, а дом - в запустении. Чтобы достичь удовольствия, человек действительно будет работать эффективно, хотя метод и мотив могут быть этически неверными. Поэтому, когда молодая жена решается сделать что-то, что имеет высокое

моральное значение и к чему ее не принуждают, она руководствуется правильными принципами, она следует закону или инстинкту успеха.

Формула успеха. - Успешных мужчин и женщин часто просят назвать свою формулу успеха. Формулы успеха не существует, кроме упорного труда. Каждый успешный мужчина или женщина - трудолюбивый человек. Исключений из этого правила нет. Мы часто лично знаем мужчин или женщин, которые "поднялись в мире", и порой смотрим на них как на счастливиц, удивляясь, почему фортуна не благоволит им. Если мы проанализируем повседневную жизнь этих, казалось бы, удачливых людей, то обнаружим, что они планируют, работают и строят планы, в то время как мы с вами играем и развлекаемся. У них есть определенная система, которой они придерживаются при любых обстоятельствах. Они так долго и упорно трудились, что это вошло в привычку, привычку, которая приносит счастье и успех. У каждого из них были взлеты и падения, тревоги и сражения, но они встречали их в первых рядах, никогда не унывали, их вдохновляла и подстегивала уверенность в том, что когда-нибудь ход битвы изменится. В этот день они были готовы и готовы воспользоваться поворотом колеса фортуны.

Изучите работу следующего успешного мужчины или женщины, которого вы встретите, и посмотрите, не подтверждается ли это правило. Разница между успехом и неудачей заключается не в том, какая энергия вырабатывается, а в том, как эта энергия используется. Победа означает концентрацию энергии; позвольте энергии рассеяться по многим вещам, и неудача станет очевидной. Нет ни одного по-настоящему успешного мужчины или женщины, которые не заслужили бы успеха и не работали бы ради него изо всех сил.

Успех, слава и усилия друзей могут не дать нам счастья, которого мы так жаждем, но есть одна вещь, которая всегда приведет нас в безопасный порт - одна вещь, которая принесет нам благословение счастья, хотя все остальное нас не устроит, - и это упорный труд.

Говорят, что **удача стучится** в дверь каждого человека раз в жизни. Один раз - это не всегда, ведь на самом деле удача стучится в наши двери каждый день. Беда в том, что мы не готовы воспользоваться ее назойливостью. У фортуны свои законы, и мы не можем сесть в ее колесницу, если не подчиняемся этим законам. Молодая жена, решившая в течение месяца быть внимательной и покладистой, подчиняется одному из ее законов, потому что, если она сдержит свое обещание, она узнает больше, чем за все предыдущие месяцы своей жизни. Например, она обнаружит, что люди действительно более любезны и покладисты, чем она когда-либо думала; что благодаря сдерживанию своего темперамента и самоконтроля она становится сильнее в темпераментном отношении. У нее больше терпения, и она более тщательно подходит к мелочам; ее окружение расширяется, а жизнь становится интереснее. Месячный опыт научит ее кое-чему о собственных возможностях и ресурсах, и она будет настолько заинтересована и воодушевлена, что решит экспериментировать дальше и в других направлениях. Она знакомится с психологией становления характера - самым увлекательным исследованием этой увлекательнейшей загадки, человеческой природы. Фортуна всегда благоволит смелым - она будет благосклонна к ней, потому что она работает в правильном направлении - она подчиняется закону успеха.

Решиться - значит подчиниться: знать, чего хочешь, желать успеха, быть готовым жертвовать собой, добиваться результатов, улыбаться невзгодам, быть терпеливым, правдивым, честным, бескорыстным, сочувствующим, словом, упорно трудиться каждую минуту и все время.

ГЛАВА XXVI

"Привычка - это кабель: каждый день мы сплетаем из него нить, и она становится настолько прочной, что мы не можем ее порвать".

Гораций Манн.

СВОБОДНЫЕ МГНОВЕНИЯ

Привычка учиться - зародыш самокультуры - миллионы крошечных клеток в нашем мозгу - экономическая ценность привычки учиться - два способа получения знаний - счастье в компании тех, кто стремится к высшим идеалам - стимул молодой жены к самокультуре - разница между моральной и умственной неверностью - привычка учиться создает собственный интерес - нозофобия, или страх перед болезнью - будьте спокойны и будьте здоровы.

Привычка учиться - Каждый человек отличается от других людей в зависимости от своих привычек. Характер наших привычек определяет наш статус в жизненной борьбе. Если мы привыкли думать о плохом, мы живем в этой атмосфере. Здоровье - это привычка, так же как и успех. Честность, добродетель, порок, промедление, довольство, поиск недостатков, ворчание, поедание сладостей, сплетни, пьянство, сон, религия, друзья, сама жизнь - все это привычки. Жизнь такова, какой мы ее делаем. "Как человек мыслит в сердце своем, так он и есть". Одни привычки хорошие, другие плохие. Одни привычки созидательны, другие - разрушительны. Если мы привыкаем делать свою работу тщательно и регулярно, по определенной системе, то это способствует формированию привычек довольства, спокойствия, эффективности и счастья. Если же мы делаем свою работу спазматически, нерегулярно, без системы, если мы сплетничаем между делом, вечно пытаемся наверстать упущенное, то мы поощряем привычки к промедлению, недовольству, неэффективности, поиску виноватых и неудачам. Мы должны быть хозяевами или жертвами своих привычек. Мы должны преуспеть или потерпеть неудачу. Непреложный закон жизни не позволяет стоять на месте. Мы либо прогрессируем, либо регрессируем. Одна из лучших привычек, если не самая лучшая, которую молодая жена может воспитать в своем новом доме, - это привычка учиться. Это в высшей степени созидательная привычка.

Зародыш самовоспитания скрыт в каждом здоровом разуме. Это чрезвычайно жизнеспособный микроб. Он может зародиться как причуда, но по своей сути он растет как добродетель. Окружающая среда может дать ему рождение, но его корни не могут быть ограничены. Они ищут питания в каждом дальнем и ближнем роднике и колодце, и ветви его раскидываются на север и юг, на восток и запад, а листья всасывают в свое сердце здоровье и силу, цвет и аромат, исходящие от вечного солнца.

В нашем мозге находятся миллионы крошечных клеток. Каждая клетка способна на одну мысль. В детстве мы учим сначала буквы, потом слова, потом предложения или мысли. В свое время у нас накопилось достаточное количество клеток, каждая из которых запечатлела букву, слово или мысль. На основе этого запаса мы рассуждаем, думаем и планируем. Это и есть буквы, слова и мысли обычной жизни. У нас остались миллионы клеток, а мозг - неутомимый, неустанный работник. Если мы продолжаем кормить его все новыми и новыми буквами, словами, мыслями, он доволен, но если мы останавливаемся, если наступает застой, он продолжает работать, но может использовать только те слова и

мысли, которые мы ему дали. Беспреданно он переставляет эти слова в своем стремлении жить. Мы ничем его не кормим, кровообращение ухудшается, жизненная сила слабеет. В один прекрасный день он переставляет ограниченное количество слов в новую мысль, плохую мысль, наш праздный ум улавливает значение новой мысли, и мы рожаем новый скандал или совершаем преступление. Мозг доволен, потому что исполнение нового дурного импульса принесло ему больше крови, больше жизненной силы, и он приобретает привычку думать дурные мысли и передавать дурные импульсы. Они были продуктом праздности ума. И, согласно статистике, все трагедии, преступления, пороки, скандалы, сплетни и несчастья являются прямым продуктом умственной инертности или безделья.

Умы ворчунов, сплетников, воров, преступников - это бедные, пустые, голодные, заблудшие умы, а их мозги - маленькие, плохо питающиеся, больные мозги. Молодая жена, у которой есть свободная минутка, с голодным, пустым умом, - жертва своих страстей, своего окружения и своих неуправляемых порывов. Молодая жена, чей мозг подпитывается привычкой к учебе, самодостаточна, владеет своими импульсами и страстями. Умственная широта одной ограничена капризами, завистью, недовольством, ненавистью и ревностью; другая же легкомысленна, милосердна, справедлива, довольна и счастлива.

Заприте этих двоих в темнице, и обладатель голодного, пустого мозга сойдет с ума. Другая же найдет надежду в своем сердце, а в ее мозг придут дети ее мыслей, принося утешение, радость и мужество.

С практической точки зрения привычка учиться имеет экономическую ценность. Она сохраняет здоровье и душевный покой, повышает работоспособность, расширяет наши симпатии и благотворительность, объединяет домашний круг. Эту привычку легко приобрести, и она поддерживает интерес: она недорога. Библиотеки Карнеги, заочные школы, план лекций в университетах и т. д. в значительной степени способствуют легкому приобретению этой привычки и успеху, с которым она может быть реализована.

Мы получаем **знания двумя способами**. Во-первых, опытным путем, то есть общаясь с людьми, обмениваясь идеями, обсуждая темы, слушая лекции, проповеди, беседы и т. д. Во-вторых, читая и изучая. Мы должны читать и изучать, чтобы по-настоящему понять и усвоить то, что мы узнаем из опыта, а также то, что мы слышим на лекциях, проповедях и беседах. Как только мы заинтересовываемся изучением, мы начинаем подниматься над тем, что можно назвать повседневной плоскостью. Мы хотим знать больше, и когда мы хорошо разбираемся в одном предмете, нам хочется узнать что-то о родственных предметах, и мы расширяем границы наших знаний. Удивительно, как растет эта привычка. Это не работа, это удовольствие. Мы жаждем свободных минут, чтобы возобновить изучение, и по мере того как мы испытываем удовольствие от роста нашего ума, мы совершенствуемся во всех направлениях. Каждая клетка мозга посылает живые импульсы, новую жизнь, новую надежду. Здоровье значит больше, жизнь обретает смысл. Мы находим счастье в компании тех, кто стремится к высшим идеалам. Мы выполняем даже рутинную работу с большей тщательностью и интересом, потому что понимаем ее истинный смысл и знаем, что нельзя стремиться к высоким идеалам, если мы недобросовестны в мелочах. Таким образом, привычка учиться делает из нас лучших мужчин и лучших женщин и добавляет к удовольствию от жизни все настоящее удовольствие, которое только может быть в жизни. Способность анализировать, задумывать и создавать - это самые высокие удовольствия, которыми обладает человечество, и они могут быть достигнуты в любой степени только благодаря образованию и культивированию.

Нелегко объяснить среднестатистическому поверхностно образованному человеку, какое удовлетворение приносит оригинальное или творческое мышление. Человек должен достаточно далеко продвинуться в умственной самокультуре, чтобы это стало для него удовольствием, почти опьянением. До определенного момента приобретение знаний - это задача, усилие, кажущееся самопожертвование; после этого - это труд любви, удовольствие, посвящение. Грубые, диссонирующие усилия ребенка, когда он только начинает получать музыкальное образование, очень убедительно иллюстрируют состояние души начинающего самовоспитание. Задача - тяжелый труд, а результаты не стимулируют дальнейших спонтанных усилий. Однако тот же самый ребенок может успешно пройти через различные градации музыкальной карьеры и прийти к тому моменту, когда усилие погрузится в себя; когда результат приобретенных знаний будет настолько приятным, что перестанет быть трудом; когда учеба будет продолжаться из-за реального удовольствия, которое она приносит.

Единственная стоящая вещь в жизни - это разум. Если не развивать ум, можно прожить целую жизнь и не жить вообще. Существовать - не значит жить. Все удобства жизни способствуют существованию, но не самой жизни. Жить - значит создавать, отдавать, наделять.

Если книга содержит одну оригинальную мысль, она будет жить. Немногие книги содержат больше одной мысли, одного вдохновения. Однако если она пронесет эту единственную мысль в сердца людей, ее существование будет оправданным. У нас нет критерия или стандарта, по которому мы могли бы судить об этической ценности той или иной мысли. Если мысль передает вдохновение другому и способствует нравственному росту, она имеет жизнь и ценность, потому что она творит.

Существовать - значит слепо следовать первобытным инстинктам. Жить - значит мыслить, рассуждать, расти умственно. Следовательно, у нас должны быть идеалы, мы должны цепко держаться за эти идеалы, и "мы должны знать, чего мы хотим".

Стимул молодой жены к самовоспитанию. - У молодой жены есть реальный стимул к самовоспитанию, если она надеется сохранить свое положение в доме и расположение мужа. Мужчина всегда имеет преимущество в том, что он активно участвует в одном из двух способов получения знаний. Он общается с людьми. Он приобретает значительные знания и часто культивирует их неосознанно. Он растет вместе со своим бизнесом и по мере его развития становится все более значимым в обществе. Он общается с более острыми, широко мыслящими деловыми людьми, его ум оттачивается, его мозг должен быть бдительным и энергичным. Здоровый активный мозг растет, он восприимчив, он впитывает знания. По мере того как он поднимается выше, он сбрасывает грубые углы и приобретает мирскую культуру, которую люди со здравым деловым смыслом могут приспособить к любым социальным условиям. У жены нет таких преимуществ, и, если она не осознает этого, она будет склонна оставаться там же, где была, когда выходила замуж, в том, что касается умственной культуры. Теперь, чтобы быть женой в истинном смысле, она должна быть компаньонкой. Она должна идти в ногу с его процветанием, с одной стороны, и с его интеллектом - с другой. Чем больше культуры и знаний достигает мужчина, тем более критичным он становится, тем более окультуренными становятся его вкусы, тем большей культуры он требует. Качества, которые не всегда раздражали его чувствительность, в более высоком умственном состоянии становятся остро нежелательными. Мужчина может быть верным в душе, но его возмущает неприспособленность жены, которая не выдерживает умственного темпа. Он готов дать жене блага своего материального благополучия, но не может дать ей более тонких проявлений своего высшего менталитета, потому что, хотя она и

оказалась верной женой, она не справилась с ролью спутницы жизни. Она отстала от него в культуре. Он не может дать ей то, что она не может принять. Молодая жена должна понимать разницу между моральной неверностью мужа и душевной неверностью. В первом случае нарушителем является он, а во втором - она. Мы должны встречать ситуацию такой, какая она есть. Морализаторство не меняет условий. Мужчина и женщина могут сегодня подходить друг другу по темпераменту, а через несколько лет оказаться совершенно несхожими по вкусам. Если бы статус жены просто подразумевал большую преданность и эффективность в быту, то не было бы повода для жалоб, если бы она не справлялась со всеми остальными обязанностями, но это не так. Чтобы быть женой не только по названию, нужно быть другом, компаньоном, доверенным лицом. Никто, тем более муж, не выберет в качестве друга, компаньона и доверенного лица человека, чьи вкусы не совпадают с его собственными, кто не понимает его точку зрения, кому он не может довериться или чей интеллект груб. Мужчина может найти домработницу где угодно, но он не может купить домработницу, компаньона, друга или доверенное лицо.

Привычка к учебе создаст интерес. Если вы однажды приобретете его, только смерть сможет отнять его у вас. Если вы заинтересуетесь, ни один человек не сможет вырастить из вас человека, и ни один человек не сможет отнять у вас миры, которые он откроет. Однако вы должны начать учиться с решимости получить знания. Вы должны сильно хотеть добиться успеха, должны быть готовы пожертвовать собой и усердно работать. "Если вы бросите учебу, это просто покажет, что вы не хотели получать образование, а только думали, что хотели, - вы не готовы платить за это цену".

Нозофобия, или страх перед болезнью Есть одна болезнь, от которой я бы предостерег молодую жену. Она называется нозофобия. Это, без сомнения, самая серьезная болезнь, которой может быть подвержен любой член человеческой семьи.

В другой части этой книги я рассказал историю о пожилом философе, который на просьбу назвать худшие неприятности в своей жизни ответил: "Я совершенно уверен, что мои самые большие переживания и худшие неприятности - это те, которые никогда не случались". Над этим ответом стоит задуматься; в нем есть повод для серьезных размышлений, и что делает его таким наводящим и ценным, так это то, что он может быть подтвержден опытом нашей собственной жизни.

Нозофобия означает страх перед болезнью. Многих может удивить, что такое состояние считается болезнью и что ему дали название. Однако вместо того, чтобы о том, что это редкое заболевание или необычное состояние, мы обнаруживаем, что это одно из самых распространенных заболеваний и одно из самых легко приобретаемых состояний. На самом деле, в наше время ее так легко приобрести, что нам приходится постоянно быть начеку. Пусть мы и не являемся его жертвой, но все мы в какой-то момент ощутили его влияние, и даже одного опыта достаточно, чтобы удовлетворить самых взыскательных. Это абсолютный медицинский факт, что страх перед болезнью сделает человека более глубоко несчастным и несчастливым и вызовет больше умственных и физических неполноценностей, чем любая тяжелая, продолжительная, реальная болезнь. Люди, страдающие нозофобией, - это, пожалуй, самые несчастные и жалкие личности на земле. В основном это происходит из-за особенностей болезни. Это коварный и интригующий недуг, который развивается по нарастающей. Когда мы начинаем беспокоиться о своем здоровье, зародыш нозофобии поселяется в нас, и мы больше никогда не знаем счастливых моментов.

Страх перед болезнью сейчас, вероятно, более распространен, чем раньше, отчасти потому, что люди больше знают о ней и, следовательно, имеют больше материала для создания

страха, а отчасти потому, что у многих людей есть свободное время, чтобы беспокоиться о различных симптомах и ощущениях, которые приходят к ним, и значение которых они преувеличивают, закликаясь на них, пока они не превращаются в настоящую муку. Больше всего от этой привязанности страдают те, кому нечем заняться, и, прежде всего, те, кому совершенно нечем заняться. Дети никогда не страдают от этого недуга, потому что боли и ломота не имеют для них никакого значения. Вероятность смерти от болезни никогда не беспокоит их. Их мысли всегда заняты. Они всегда заняты, они думают только о жизни и о том, как жить. Однако с возрастом мы становимся более интроспективными и допускаем, чтобы условия способствовали развитию неправильной ментальной установки. Мы подчеркиваем серьезность каждой пустяковой боли и болезни, и призрак смерти встает на пути каждого недомогания. Вскоре мы тратим ненужное время на беспокойство и представляем, что мы не так здоровы, как должны быть, и что, возможно, умрем в ближайшем будущем. Это сказывается на нашем темпераменте и работоспособности. Жизнь перестает быть терпимой и привлекательной, и вскоре мы оказываемся в ряду неудачников и некомпетентных людей.

Одним из печальных последствий нозофобии является то, что жертва ее не только делает несчастной свою собственную жизнь, но и, к сожалению, влияет на счастье каждого члена семьи. Как правило, она мрачна и угрюма, и эта постоянная депрессивная обстановка не способствует успеху любых усилий, направленных на создание моментов веселья и счастья. Ее присутствие действует как сдерживающий фактор, и неоднократные неудачи в попытках преодолеть эту домашнюю тучу в конце концов приводят к полному прекращению всех усилий. Все идет по накатанной колее, и каждый член семьи ищет себе развлечение за пределами домашнего круга.

Таких людей иногда называют "искателями неприятностей". В каком-то смысле этот термин вполне уместен, поскольку неприятности, разрушающие их душевное спокойствие, никогда не происходят. Вначале обычно возникает легкое физическое недомогание. Как правило, это какая-то форма нервного несварения. При правильном и адекватном лечении такие формы несварения легко излечиваются у обычных людей, но эти пациенты не являются обычными людьми. Они извращенны и мнительны. У них есть свои собственные идеи. Невозможно убедить их в том, что они не так больны, как им кажется. Они считают, что врач не понимает их случаев, что он не признает серьезной стороны болезни, и поэтому никогда не бывают полностью удовлетворены медицинской помощью. Небольшие случайные боли при несварении желудка являются для такой пациентки признаками болезни сердца, и она сочувствует этому ужасному недугу; реальное объяснение заключается в том, что газы, образующиеся при несварении желудка, беспокоят сердце в данный момент. Вследствие этого она очень склонна к диетам, избегая одного продукта за другим, пока не переходит на голодную диету. Она не осознает, что ей нужно больше питания, а не меньше; что ее желудок в хорошем состоянии, а виноваты нервы. В итоге она становится анемичной, неврастеничкой и мизантропом.

Молодая жена может легко понять, что рассчитывать на успех и счастье в семье при таких обстоятельствах просто невозможно. И все же есть молодые жены, которые развивают привычку неумеренно подчеркивать свои маленькие боли и недомогания перед мужем по любому поводу. Они используют этот опасный способ вызвать дополнительное сочувствие и ласку. Некоторые делают это, объясняя свою неспособность эффективно выполнять домашние обязанности - лень, чистая и простая.

Эти неумелые и хитрые дамочки считают, что легко навязываются своим ничего не подозревающим мужьям, и начинают улаживать детали в свое удовольствие. Проведя день

за осмотром достопримечательностей, шопингом или сплетнями, пренебрегая работой и чувствуя усталость, они занимают покинутую позицию на большом, новом, удобном диване, практикуют несколько душераздирающих вздохов и экспериментируют с подачей слез. Все эти детали расставлены и подобраны так, чтобы быть эффективными как раз в тот момент, когда Джек открывает дверь в холл с помощью ключа. Мы можем представить, что последует за этим, не прилагая никаких усилий для драматизации инцидента. Но если читательница попытается мысленно представить себе часто повторяющиеся случаи возвращения домой при тех же обстоятельствах, она сможет провести интересные исследования в области бытовой психологии, наблюдая за тем, как на Джека действует правда, когда его начинает осенять.

Не нужно быть оракулом, чтобы уверить этих женщин в том, что они идут по дороге, у которой есть только один конец. Любовь стара, как холмы, и чем старше она становится, как мудрые старые холмы, тем мудрее становится старая любовь. Она требует свою цену, и цена эта - равная любовь. Никогда не рождалась любовь - за исключением материнской - которая сохранит себя после того, как поймет, что ее выторговывают и навязывают. День расплаты приходит вовремя, и мечте приходит конец.

Не забывайте, что первый год супружеской жизни - это год испытаний, настоящая проверка ваших душевных качеств. В течение этого первого года вы, как на памятнике, тысячей разных способов высекаете неизгладимую запись о том, заслуживаете ли вы успеха и счастья в жизненной борьбе. В том, что должно быть последним сиянием юной мечты любви - первые драгоценные недели и месяцы в качестве молодой жены, - ни один элемент не будет более утонченно опасным, чем искусство двуличия. Прежде чем молодая жена решится на обман, она должна в полной мере оценить неизбежные последствия. Если, ошибочно полагая, что она может легко обмануть мужа, потому что "он мне так доверяет", она считает, что может продолжать делать это безнаказанно, она - самая элементарная из всех маленьких глупышек. Она не заметила, что великий закон Вселенной действует в интересах и богатых, и бедных, и глупцов, и философов. Она станет слишком умной и, как все дураки и преступники, выдаст себя. Проснувшись, она обнаружит, что играла со святынями земли - домом и любовью мужа; что больше никогда не сможет восстановить привязанность и доверие, которые растоптала и осквернила; что будущее - это заложенная надежда, а сама она - нечистая и недостойная вещь.

Практика искусства двуличия в симуляции физических недугов, если ее не прекращать, приведет к развитию нозофобии. Пациентка начнет верить, что она не совсем здорова. У нее выработается привычка чувствовать себя больной. Это сделает ее разум больным, а больной разум, в свою очередь, предложит новые и новые боли, и вскоре она уже не будет знать, больна она или здорова. Страх перед болезнью совершит свое возмездие, и вскоре она станет несчастной и неудачливой молодой женой.

Современные условия, к сожалению, благоприятствуют легкому развитию нозофобии у молодых жен. Расширение наших знаний о симптомах болезненных состояний приводит к тому, что анализ локализованных болей становится более определенным и наводящим. Определенные боли, как нам говорят болтуны со слуха, означают определенные серьезные заболевания, и категория этих заболеваний простирается от несварения желудка до чахотки и рака. Для жертвы нозофобии эти внушения - постоянный ужас и вечный кошмар. Для нормального здорового человека они ничего не значат и не предполагают.

Современная молодая домохозяйка располагает огромным количеством свободного времени. Как мы уже отмечали, использование свободного времени молодой жены имеет

огромное значение. Это тот товар, который в последующие годы будет говорить словами утешения и поддержки или сожаления и осуждения - в зависимости от того, как будут потрачены эти драгоценные минуты. Если эти мгновения не будут проведены таким образом, чтобы полностью занять ум, то ментальная установка, о которой мы говорили ранее и которая способствует культивированию нозофобии, будет развита.

Существуют некоторые родственные условия, которые могут частично объяснить обычному здоровому человеку реальное душевное расстройство, в которое погружаются эти эгоцентричные страдальцы. Например, страх перед грозой вызывает у некоторых людей глубокий ужас и душевное смятение. Страх перед грязью, острыми инструментами, некоторыми насекомыми и животными, темнотой, океанским путешествием и большой высотой - вот распространенные примеры такого типа душевного расстройства, характерным симптомом которого является необъяснимый и неконтролируемый страх. Для излечения этих различных форм душевного расстройства необходима та же система самодисциплины и самоконтроля, что и для успешного лечения страха перед болезнью. Однако ни к одной из этих форм миряне не относятся с такой же серьезностью, с какой они несправедливо относятся к нозофобии. Условия все те же, но они считают, что страх темноты, грязи, мышей или высоты не может привести к смерти или серьезно повлиять на здоровье или счастье, в то время как болезнь и страх перед ней означают - так они себе представляют - боль и, возможно, смерть. С медицинской точки зрения нозофобия не имеет такого значения. Это состояние существует только в уме, и те же усилия по самодисциплине помогут излечить страх перед болезнью так же, как и страх перед любым другим возможным состоянием. Однако именно этот элемент разума позволяет излечить это состояние иными способами, нежели законные медицинские рекомендации, поэтому в истории мира время от времени появляются "целители" и "чудотворцы", которые ловко используют этот элемент человеческой природы и получают богатое вознаграждение.

"Сохраняйте спокойствие и будьте здоровы". Чтобы проинструктировать молодую жену, как ей уберечься от приобретения этой привычки, мы предлагаем ей "сохранять спокойствие и быть здоровой".

Когда мир лучше поймет психологию мысли, ее огромное значение обретет конкретный смысл. Мы слишком склонны считать мысли, которые мы произносим, бессмысленными с точки зрения их влияния. Женщина, которая рассказывает о своих недугах, появляется за завтраком с подавленным и меланхоличным видом, рассказывает нам о том, как плохо она спала, какие кошмары ей снились, какие боли она испытывает, и вливает в свою речь яд жалости к себе, - это посланник сатаны. Я видел, как бессмысленные разглагольствования истеричной женщины разрушили счастье целой семьи на целый день. Жизнь достаточно тяжела для всех, и каждый из нас должен хотя бы желать друг другу добра.

Человек, который культивирует в себе привычку нести солнечный свет и хорошее настроение за завтраком, принадлежит к тому типу людей, которые помогают и вдохновляют весь мир на большие достижения. Если каждое утро человека провожают из дома веселым словом и лучезарным прощанием, он вдохновляется добродетелью успеха, и его работоспособность обеспечена.

Культивируйте искусство довольства и помните, что отношения не подразумевают свободы; вы не имеете права отправлять в мир члена своей семьи подавленным и несчастным из-за своей раздражительности и дурных привычек.

"Сохраняйте спокойствие и будьте здоровы". Если вы не можете сказать ни одного доброго слова о ближнем, не говорите вообще. Не становитесь скандалистом. Мы можем простить

тех, кто говорит о нас плохо - они говорят, чтобы услышать, что говорят они сами. Зародыш сплетен рождается в невежестве и пустоте и лучше всего размножается в праздных умах. Ни на кого не влияют испарения сплетницы, ее слова умирают в пустом воздухе. Она вредит только себе. Болтливый вредитель, доносящий до нас байки, которые фабрикует скандалист, - тот, кто лишает нас покоя, и это непростительно. Оправдывать злобные намерения и пустые измышления злого ума, продолжая их, - это проявление вырождения, которое срочно нуждается в активной дезинфекции. Очернять другого - глупо, повторять это - удел негодяя. Ваши друзья приносят вам радостную весть о том, что о вас говорят хорошо: ваши враги - это те, кто, прикрываясь святым именем дружбы, приносят вам яд злых сплетен. "Сохраняйте спокойствие и будьте здоровы".

ДОМ

ГЛАВА XXVII

"Если мы стремимся сделать что-то, чтобы облегчить бремя другого, стремимся пожертвовать собой; подбодрить, посоветовать, вдохновить; оставить невысказанным недоброе слово, забыть о своих собственных проблемах ради большой беды друга, мы - домостроевцы".

"Замужняя женщина не может достойно проводить свою жизнь, играя в бридж и перебирая ленточки на нижнем белье. Она не имеет права просто разбивать лагерь на тропе своего мужа".

"Ни одна женщина на земле не имеет права на содержание, если она не отдает за него полученное".

ДОМАШНИЕ КАЧЕСТВА

Хорошая домработница и хозяйка - Что значит хорошая домработница - Приготовление и выбор еды - Мытье посуды - Кастрюли и сковородки - Пыль и уборка - Работайте бодро и тщательно - Не гоняйтесь за пылью - Не становитесь антисолнечной привычкой - Проветривайте помещения, где есть солнце. Привычка проветривать комнаты - Идеальный дом - Медицинские основы хорошего питания - Из чего состоит дом - Работать ради чего-то - Существование средней домохозяйки - это рабство - Ради чего мы должны работать - Сведение счетов - Отдых и развлечения - Попробуйте вздремнуть - Достаточно спите ночью - Гуляйте на свежем воздухе - Берите отпуск время от времени - Страхование жизни - Владение домом - Веселая жена и мать - Равнодушная жена и мать - Муж и жена.

Хорошая домработница и домохозяйка Если молодая жена выполняет предложения, изложенные на предыдущих страницах, и тем самым вносит свою лепту в обеспечение материального успеха совместного предприятия, получит ли она какую-либо другую выгоду?

Она станет хорошей хозяйкой и домохозяйкой.

Ведение домашнего хозяйства - это приобретенное искусство, а ведение домашнего хозяйства - это моральное качество, инстинкт. Ведение домашнего хозяйства как искусство - излишество. Домоводство - это триумф при любых обстоятельствах. Хороших домохозяек много, а грамотных домохозяек мало. В ведении домашнего хозяйства можно легко переусердствовать; в домашнем хозяйстве никогда нельзя переусердствовать. Красивый дом - это не обязательно красивый дом. Уборка дома должна вестись с целью создания домашнего очага и никогда - по какой-либо другой причине. Иногда мы видим, что домашнее хозяйство доведено до наивысшего совершенства той самой женщиной, которая никогда не постигала простейших азов домоводства. Женщина, ставшая жертвой мании домоводства, никогда не осознает этого; это коварное искусство.

Нет никаких сомнений в том, что ухоженный дом - это красота. Так же как и мраморная статуя, но она холодна и бескровна.

Молодая жена должна стремиться к сочетанию этих двух способностей. Она должна быть эффективной домработницей в счастливом, уютном доме.

Что такое эффективная домработница? Эффективная домработница - это та, которая приобрела знания, необходимые для выполнения всех обязанностей по ведению домашнего хозяйства, и которая выполняет эти обязанности эффективно, с минимально возможными затратами времени и труда.

Непреложным фактом является то, что большинство молодых жен начинают заниматься домашним хозяйством, имея самые грубые представления о том, что такое домоводство. Уже не раз отмечалось, что многие матери воспитывают своих дочерей, не обучая их элементарным принципам ведения домашнего хозяйства. Тем не менее, необходимо повторять это утверждение снова и снова и указывать на огромность допущенной несправедливости. Даже если дочери посчастливилось выйти замуж за мужчину, способного оказать всю необходимую помощь, жена должна знать достаточно, чтобы разумно определить, правильно ли выполняется работа. Если она не понимает зачатков ведения домашнего хозяйства и не имеет помощи, ее неэффективность может стать непосредственной причиной развала дома.

Приготовление и выбор блюд. Тщательность и простота - вот два необходимых условия для удовлетворительного питания. Если продукты тщательно приготовлены, а выбор прост, то проблем не возникнет. Завтрак из фруктов, тщательно приготовленной каши со сливками, вареного яйца и поджаренного хлеба с маслом прост и достаточен. Свежеприготовленное горячее печенье звучит неплохо, но, если вы не знаете свою духовку и не имеете большого опыта, оно может привести к катастрофическому результату. Даже если вы эксперт, не делайте их. Они очень вредны для пищеварения.

На ужин достаточно тщательно проваренных овощей, небольшого куска стейка или двух бараньих отбивных, хлеба (не менее чем однодневной давности) и хорошего масла, печеного яблока, тушеного чернослива или риса, сваренного в течение трех часов. Ужинайте вовремя. Следите за тем, чтобы скатерть и салфетки были чистыми, а посуда - горячей. Выработайте привычку быть веселым во время еды, есть медленно и приходить к столу в чистой, свежей одежде.

Мытье посуды Пока ваш муж читает вечернюю газету, помойте посуду. Мытье посуды - это целое искусство. Немногие молодые жены овладевают им. Секрет в том, чтобы иметь большой таз, много горячей воды, много мыла и желание вымыть их дочиستا. Если вы

вымыли посуду дочиста, не замазывайте ее, вытирая жирной тряпкой для посуды. Стирайте посудную тряпку и полотенце для сушки каждый день и вешайте их сушиться на солнце.

Кастрюли и сковородки - как же ими пренебрегают! Если у вас есть хоть капля гордости как у хозяйки, будьте чисты. Горячая вода, мыло, чистящий порошок и немного усилий - и ваши кастрюли и сковородки станут вашей заслугой. Выработайте систему. Найдите время. Поддерживайте порядок на кухне. Не позволяйте работе накапливаться от еды к еде или изо дня в день. Удивительно, насколько ленивы и грязны некоторые женщины. Мы видели на улице молодых женщин, опрятно и нарядно одетых, заходили в их дома и испытывали отвращение и тошноту от их общего вида. Этому нет абсолютно никакого оправдания, и молодая жена, которая приобретает привычку быть равнодушной, является позором для своего пола. Она не может надеяться на успех или счастье.

Вытирание пыли и уборка. Раз в неделю в каждом доме должна проводиться тщательная уборка. Для этого следует выбрать определенный день. Следует придерживаться определенной системы. После того как это будет сделано несколько раз, вы придумаете способы и средства, как сделать это быстрее, проще и лучше. Время от времени будут появляться новые методы, так что, планируя и систематизируя, вы избавитесь от рутинной работы, и у вас будет постоянный стимул побить свой прошлый рекорд. Вы должны избавиться от ощущения, что это неинтересная рутина и рабство. Женщина, которая смотрит на свою работу в таком свете, не заслуживает лучшей участи, и она не добьется многого. Если вы относитесь к числу тех извращенных личностей, которые не любят советов; если вы не хотите, чтобы вам говорили правду; если вы не желаете извлекать пользу из опыта; если вас устраивает то, что вы есть, не тратьте свое драгоценное время на чтение книг. Ни один автор не может рассказать вам, как получить что-то просто так; ни один учитель не может ничему научить других. Он может лишь пробудить мысль и вызвать импульс. Закон жизни - гармония. Человек, который тратит драгоценное время Бога на ворчание и беспокойство, - самый жалкий объект во вселенной. Постарайтесь осознать, что вы являетесь частью божественной проблемы, для решения которой были сформулированы определенные неумолимые законы. Подчинение этим законам означает продолжение жизни, здоровье, силу, власть и успех; неподчинение им - слабость, болезнь, неспособность, несчастье, недовольство и преждевременную смерть.

Некоторые люди быстро учатся беречь силы, систематизировать, быть жизнерадостными, надеяться и излучать благодарность. С эгоистической точки зрения это единственный метод, который приносит прибыль. Некоторые люди не видят в этом смысла. Они отбросят его в сторону, используя такую софистику, как: "О! Это не относится ко мне". Тем не менее, это так, и, возможно, позже, когда шансы на достижение угаснут, они увидят суть сквозь туман сожаления.

Поэтому работайте с удовольствием и тщательно. Не переусердствуйте. Суетливость нежелательна, бесполезна и вредна для здоровья, потому что постоянно отнимает нервную энергию. Некоторые женщины - любительницы поискать пыль. Они вечно суетятся в углах с перьевой пылью. Они гоняют пыль из одной комнаты в другую и обратно, и от вида нескольких песчинок на пианино их тошнит. Протирайте пыль влажной тряпкой, а когда уборка закончится, оставьте ее и забудьте. Не покупайте пылесборник из перьев.

Не ведитесь на причуду борьбы с солнечным светом. Впустите солнце. Не опускайте шторы, чтобы спасти ковер в салоне. Ваш муж скорее купит другой, чем оплатит похороны.

Проветривайте комнаты всегда, как днем, так и ночью. Нельзя переусердствовать. Купите противомоскитные сетки, они не пускают мух, но пропускают воздух.

Идеальный дом Трудно описать идеальный дом, но мы узнаем его сразу, как только оказываемся в нем. Его атмосфера инстинктивно дышит индивидуальностью хозяина. Его индивидуальность отчетливо отличает его от обычного безликого дома. Его домашняя одежда привлекательна, обстановка гармонична, он дышит покоем, уютом и миром. Когда мы встречаемся с хозяйкой, нас приветствуют негромким, мягким, сердечным тоном, а манера общения излучает честность и непринужденную простоту. Мы узнаем источник необычной атмосферы. Это она сама, жена, мать, домохозяйка. Она - тайна идеального дома. С каждым днем ее божественное искусство становится все совершеннее, потому что ее сердце посвящено этому делу. Она не может быть окружена материальным великолепием. Чудо - в душе, которой она обладает. Любовь - вот волшебная палочка, которую она протягивает. Она любит свой дом, своих детей, своего мужа. Она - королева-мать в созданном ею раю.

Мы видели, что хорошая домохозяйка может и не быть домохозяйкой. С другой стороны, каждая домохозяйка - это хорошая хозяйка. Идеальный дом не может существовать, если им не руководит домохозяйка. Домохозяйка обязательно предполагает быть хорошей матерью; но хорошая домохозяйка, которая не является хорошей матерью, никогда не станет домохозяйкой.

Хорошая домохозяйка будет заниматься домом ради искусства и будет возмущаться любым домашним событием, которое нарушает ее чувство приличия, даже если это событие может иметь великолепные возможности для домашнего творчества. Мать с инстинктом домохозяйки будет приглашать, помогать и придумывать события, которые, хотя и нарушат ее домашнюю рутину, будут способствовать счастью и назиданию домашнего круга. Чувство долга экономки заканчивается, когда подан хороший ужин; настоящая обязанность домохозяйки и, кстати, ее удовольствие начинаются, когда ужин на столе.

Медицинские основы правильного питания: Чистая пища, подобранная с умом по двум причинам. Во-первых, чтобы было достаточное ежедневное разнообразие, чтобы стимулировать индивидуальный вкус и аппетит; во-вторых, чтобы пищевые запасы были адаптированы, в питательных эквивалентах, к работе и возрасту обедающего. Пища должна быть тщательно приготовлена, ее нужно есть медленно, тщательно пережевывая и обдумывая. Каждое блюдо должно подаваться и съедаться, когда оно приготовлено и готово. Никогда не позволяйте пище стоять, если она приготовлена до нужной степени. Пережаренная пища нежелательна. Посуда должна быть подогрета до нужной степени, столовое белье, салфетки и т. д. должны быть чистыми и свежими, а члены семьи должны есть одновременно.

Трапеза никогда не должна быть поспешной. Поэтому интересная беседа - необходимая и похвальная черта во время ужина. Когда человеку интересно или его развлекают, у него меньше желания или склонности торопиться во время еды. В таких обстоятельствах перерывы между блюдами будут скорее приветствоваться, чем возмущаться, аппетит будет острее, а удовольствие - больше.

Жена и мать, которая является хозяйкой дома и, следовательно, ответственна за поддержание *корпоративного духа* в семье, будет направлять, подсказывать и направлять разговор в выгодное и интересное русло. Создавая таким образом атмосферу, необходимую для эффективного приема пищи, переваривание и усвоение еды будет происходить в достаточной степени самостоятельно. Переедание никогда не является частью любой трапезы, и его следует религиозно избегать.

Что делает дом... Мы знаем, что не дом, в котором мы живем, является домом. Многие жили в скромных жилищах и пронесли через всю жизнь память о доме как священное наследие. Богатство не делает дом домом, как и культура, и интеллектуальные достижения, к которым мы можем неустанно стремиться. Мы можем иметь все это и не знать радости "дома". Слово "дом" вызывает в каждом сердце одни и те же нежные воспоминания. Познать благословения "дома" - значит быть укрепленным в жизненных битвах. Никто не может отрицать его важность для гуманизации человечества. Мальчик, который никогда не знал, что такое дом, которому вместо домашних ассоциаций была "институциональная мать", может все необходимые потенциальные качества для успеха, но он будет навсегда лишен того вдохновения, которое память о доме зажигает в каждой человеческой душе.

Секрет источников дома заключается в его атмосфере. Атмосфера дома - это совокупность родственных чувств и симпатий, излучаемых его членами. Это нечто осязаемое, что можно почувствовать, что можно вдохновить, что можно унести с собой в далекие годы, оказывая благотворное влияние на вехи тревог, бед и поражений; и это влияние всегда благоухающее, успокаивающее, заряжающее энергией. Каждое человеческое сердце нуждается в памяти о доме и присутствии друга в любое время и в любом месте.

Мы должны внести свою лепту в формирование правильной атмосферы домашнего очага. Два качества, которые необходимы для выполнения этой задачи, - сочувствие и мир. Каждый участник должен быть чем-то большим, чем просто негативной единицей в доме. Недостаточно просто желать мира - эту роль может выполнить глухонемой. Мы должны желать угождать и быть активной организацией, работающей на благо гармонии и мира. Если в нашем сердце достаточно искренней привязанности к брату и сестре, отцу и матери, желание угодить станет той связью симпатии, которая выдержит любую темпераментную бурю. Если мы стремимся сделать что-то, чтобы облегчить бремя другого, готовы пожертвовать собой, подбодрить, посоветовать, вдохновить, оставить невысказанным недоброе слово, забыть о своих собственных проблемах ради большой беды друга, мы - домостроители. Мы должны контролировать свои настроения в доме, мы должны подавлять инстинкт эгоизма, нетерпения, гордости и упрямства. Мы не должны иметь свое мнение, мы можем часто соглашаться с мнением других в мелочах и сохранять мир; тем самым мы способствуем счастью других, потому что дарить счастье - самый верный способ быть счастливым. Сдержанность - это жало, отравляющее многие дома. Его обладатель - невозможный соратник, и он будет препятствовать работе ангелов по созданию домов.

Работа ради чего-то... В разное время мы подчеркивали необходимость иметь определенные планы, "точно знать, чего ты хочешь", "начинать супружескую жизнь с идеалов"; иными словами, мы считаем, что для сочетания максимальной эффективности с наибольшей степенью счастья каждому из нас необходимо "работать ради чего-то".

Нет необходимости доказывать, что средняя человеческая жизнь неинтересна, большинство из нас это знает. На самом деле среднестатистическое существование - это монотонная, безнадежная тоскливая полоса времени, с более или менее частыми интервалами усеянная физической болью и страданиями, а также душевным горем и муками.

Хотя это, несомненно, верное воплощение среднестатистической жизни в наши дни, его не следует принимать как единственно возможное среднестатистическое существование. Каждая организация, работающая над улучшением условий, в которых протекает жизнь, способствует повышению статуса среднего человека. Вопрос о том, будет ли наша жизнь соответствовать среднему уровню или будет индивидуализирована, мы решаем сами.

Существование обычной среднестатистической домохозяйки - это рабство в его самой одинокой и жалкой форме. Его полная безнадежность - самая удручающая черта. Если бы мы могли надеяться на какой-то проблеск солнца, на какой-то день в будущем, когда условия изменятся, на какое-то обстоятельство, которое даст нам возможность, которой у нас никогда не было, на какое-то испытание нашей женственности, - на все, что избавит нас от давящей, безнадежной инерции повседневной рутины, - мы представляем, что могли бы продолжать жить дальше, надеясь, что в конце концов все изменится. Не надо "надеяться, что все изменится". Измените их! Не впадайте в ментальную колею; не будьте "средней" домохозяйкой. Если вы действительно не можете поступить иначе, если ситуация настолько безнадежна, что нет другого выхода, если ваш путь ведет в никуда, начните восстание. Когда дым рассеется, вы увидите новый путь, по которому можно пойти, и он может куда-то привести. Это не обязательно делать часто, потому что вина обычно лежит на нас самих, а не на окружении, условиях или муже. Все, что нам нужно сделать, - это обдумать ситуацию и начать что-то делать, а все остальные условия позаботятся о себе сами. В тот момент, когда мы выходим за рамки обыденного существования, когда мы достаточно любопытны, чтобы сделать это, для нас появляется надежда. Немного свежего ментального воздуха рассеет многие мозговые туманы. Как только мы начинаем "работать для чего-то" определенного, мы перестаем следовать в процессии среднестатистического беспомощного и безнадежного гражданина. Поэтому молодой домохозяйке мы настоятельно советуем "все обдумать" и решить, ради чего она будет работать.

Что же это будет? Конечно, у каждой домохозяйки это будет по-разному. Для многих это будет "собственный дом". Возможно, это будет только пианино для детей, а может быть, разумнее застраховаться. Возможно, вы живете за городом и мечтаете о социальных и других преимуществах города. Возможно, вы - городская жена и мечтаете о ферме в прекрасной стране. Это может быть поездка в Европу, или высшее образование для мальчика, или музыкальная карьера для дочери. Неважно, что это будет, "это" - это сама вещь, и, найдя ее, мир для вас изменился. Исчезли одиночество, безнадежность и убогость жизни. В будущем всегда есть "это"; какой бы темной и мрачной ни была дорога, в дальнем конце она освещается реализованным "этим". Именно несение жизненного бремени делает жену женой, и когда нам есть "ради чего работать", мы начинаем жить. Любовь - вот объяснение. Мы не хотим дом для себя. Мы хотим его для тех, кого любим, мы хотим, чтобы те, кого мы любим, были в атмосфере, которую я, как мать, создам в "нашем доме". Это говорит стихийная мать, дух материнства, который вечно изливается в самопожертвовании и не ведет дебет с кредитом. Это крик первобытной матери, который эхом разносится по всем эпохам и сохраняет рассудок, безопасность и надежду. Наличие того, ради чего стоит работать, обеспечивает элемент, необходимый для жизнерадостности. В самые мрачные моменты, когда кажется, что все идет наперекосяк, мысль о том, что мы можем с нетерпением ждать времени, когда грянут большие перемены, когда мы переедем в новый дом, когда мы отправимся на ферму или в город, в зависимости от обстоятельств, или когда Джон закончит свой курс в колледже и начнет работать адвокатом, - когда напряжение, связанное с экономией и сведением концов с концами, заканчивается, мы чувствуем, что борьба ослабевает и мы можем немного отдохнуть в мире. Именно разделение этих тягот имеет значение и пробуждает лучшие элементы человеческой природы. Борьба за то, чтобы свести концы с концами, сближает молодую пару и придает ей тот оттенок божественности, который необходим для доверия и любви. Она закаляет характер, сдерживает склонность к ненужным тратам денег и времени, учит бережливости и терпению. Стимул к победе постоянно присутствует, и это тот якорь, который означает окончательное удовлетворение и успех.

Постарайтесь увидеть смысл. Работайте ради чего-то, ради чего-то стоящего, а начав, никогда не сворачивайте с пути. "Ничто так не преуспевает, как успех".

Отдых и развлечения Молодая пара должна находить время для отдыха и развлечений так же, как и для работы. Эта часть домашней проблемы должна быть тщательно и систематически продумана и так же добросовестно выполняться, как и любая другая. И муж, и жена должны участвовать в этих часах наслаждения, а муж должен усердно стараться сделать из этих передышек периоды реальной взаимной пользы. В каком бы положении ни находился человек, всегда можно найти благоприятные средства для проведения многих счастливых и полезных часов вместе, если поддерживать дух товарищества и взаимного интереса. Именно постоянная нагрузка на нервную систему представляет собой реальную опасность домашней жизни. Борьба за то, чтобы свести концы с концами; содержать детей в порядке и хорошо кормить; выглядеть респектабельно; обеспечивать одежду и образование; ухаживать за больными; терпеть сплетничающих соседей; мириться со вспыльчивостью; постоянно сталкиваться с обществом, бизнесом, политикой и религией, - удивительно, что так мало людей остается за пределами психушек.

В жизни каждой домохозяйки ежедневно происходят неизбежные события, с которыми приходится мириться, хотя они и неприятны. Определенное количество прерываний будет происходить в самые неподходящие моменты. Дети приходят в дом с грязными ногами и ходят по чистому полу; в одни дни плита работает великолепно, в другие - как сумасшедшая; молочник опаздывает сегодня и приходит слишком рано завтра; в одни дни приходит ледоруб, в другие - нет, и именно в эти дни он нужен нам больше всего; работа наверху еще не закончена, когда нужно начинать готовить; бакалейщик забыл прислать масло; каждый день трескается или разбивается посуда; хлопают двери; дождь начинается как раз тогда, когда вся одежда развешана; ребенка нужно кормить грудью как раз тогда, когда нужно переворачивать пирог; посетитель звонит до того, как вымыта посуда. Это неизбежно. Лекарство не заключается в какой-то невозможной революции. Мы должны дать отдых нервам и снять напряжение.

Попробуйте вздремнуть в середине дня. Прилягте и расслабьтесь, даже если вы не спите. В некоторых странах это национальный обычай. В Америке это должно стать законом. Невозможно оценить, сколько пользы можно извлечь из получасового сна. С медицинской точки зрения это прекрасное омолаживающее средство.

Высыпайтесь по ночам. Поздние часы в доме - плохая привычка и неудачное вложение средств. Это сказывается на здоровье и работоспособности. Один лишний час - это разница между расшатанными нервами, раздраженным настроением и миром и довольством в доме. Существует определенное соотношение между сном и хорошим настроением, которое психология сформулировала как закон. Соблюдайте режим раннего сна, и тогда улучшится весь образ жизни.

Когда работа в помещении становится утомительной, выйдите на улицу, прогуляйтесь. Ничто не разбередит уставшие нервы быстрее, чем бодряя прогулка. Каждая домохозяйка должна гулять на свежем воздухе каждый день своей жизни. Это абсолютная необходимость, если она надеется сохранить свое здоровье и бодрость духа. Она будет в лучшей форме и в лучшем настроении, чтобы выполнить свою часть ежедневной программы.

Время от времени устраивайте себе отпуск. Отправляйтесь на берег моря или в горы. Когда домохозяйка устала и раздражена, когда у нее появляется желание поплакать в одиночестве, когда она жалеет, что не родилась на свет, когда плита и дети - истерические

раздражители, самое время взять выходной. Муж должен найти время, чтобы вывезти жену за город на неделю, даже день на берегу моря подействует как волшебство.

Отдых и восстановление необходимы. Если мы не признаем этот факт и не возьмем на вооружение эту привычку в качестве профилактического средства, мы будем вынуждены прибегнуть к ней, пытаясь вылечить недуг, возникший в результате пренебрежения. Таким образом, это экономия времени и денег, спасение трения, дома и, возможно, жизни.

Страхование жизни. Каждая молодая жена должна настаивать на том, чтобы ее муж застраховал свою жизнь. Она должна сделать это частью брачного договора. Мы бы пошли дальше и заявили, что за мужчину, который не согласится на это добровольно, не стоит выходить замуж. Вид страховки не имеет значения, лишь бы она гарантировала жене достаточную сумму денег в случае его преждевременной смерти. Жена должна относиться к выплате страховых взносов как к одному из предметов первой необходимости и лично следить за тем, чтобы они своевременно выплачивались.

Собственный дом. - Каждая супружеская пара должна надеяться на то, что у нее будет собственный дом. Многие сожалеют о том, что не подумали об этом раньше, когда в более зрелом возрасте подсчитывали деньги, потраченные на аренду. Сегодня можно внести совсем небольшую сумму и ежемесячно вносить определенные платежи, которые идут на покупку дома. Начав таким образом, когда расходы семьи невелики, можно сравнительно легко и без всяких лишений через несколько лет стать полноправным владельцем дома. Многие пары по глупости покупают безвкусную и ненужную мебель и живут в более дорогих домах, чем позволяют их средства, чтобы произвести впечатление при первой свадьбе, о чем впоследствии жалеют. Если часть денег, которые молодой муж, несомненно, откладывал, - иначе ему не следовало бы жениться, - будет направлена на покупку дома, он будет оплачен до того, как возникнут дополнительные расходы, неизбежно связанные с появлением детей. Этот план выгоден супругам в обоих случаях, поскольку, если через несколько лет не придется выплачивать ренту, дополнительные расходы на детей не станут тяготами.

Веселая жена и мать. Сколько счастливых картин возникает в памяти, когда мы просто читаем это имя - веселая жена и мать, - мы могли бы назвать ее оптимистичной матерью. Что бы мы ни делали в детстве, мы никогда не боялись ее. Она всегда видела светлую сторону, а если мы делали что-то не так, никогда не ругала со злостью; она убедительно говорила с нами и заставляла нас немного стыдиться. Если у нас возникал какой-нибудь план или проект, мы обращались к ней, она слушала, предлагала, и не успевали мы оглянуться, как она решала нашу проблему, и план становился возможным, - мы отправлялись, воодушевленные и счастливые, чтобы проработать детали, как она предлагала, и вскоре наша "вечеринка была в пути". Если с кем-то из нас случался несчастный случай - домой мы не ходили, боялись ругани, - пострадавший мчался к ней, она смывала кровь и слезы, купала раненое место, накладывала повязку, а затем уносила маленького пациента к себе в комнату. Пирог и сказка вскоре приводили нас в чувство и помогали забыть о боли. О! Она была для нас ангелом. В дождливые дни она находила способ развлечь нас: наши грязные ноги были не в счет, пол все равно приходилось мыть. Однако, чтобы сохранить ее благосклонность, мы должны были вести себя достаточно хорошо. Она рассказывала нам истории, и вскоре мы узнали, что ей не нравятся злые или скупые мальчики, а с мальчиком или девочкой, которые говорят неправду, она не разговаривает неделю. Ее истории всегда доказывали, что вредный мальчик, или плохая девочка, или тот, кто говорит неправду, никогда хорошо не проводят время, что они никому не нравятся, и почти все держатся от них подальше, если они не

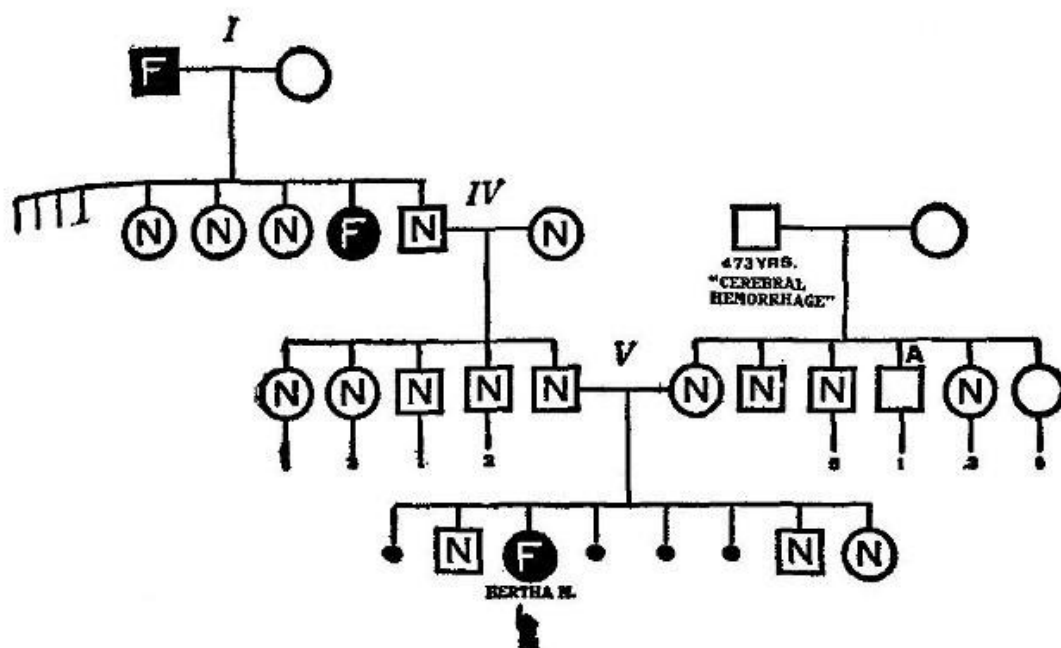
перестают быть плохими. Она была замечательной матерью, и все мальчики и девочки на много миль вокруг знали и любили ее.

Так и дети вскоре узнают, кто их настоящие друзья. Дом - это то, что создает в нем мать. Жизнерадостность ничего не стоит, и насколько лучше, если счастье изобилует. Вы можете добиться бесконечно большего доверия ребенка, если будете с ним ласковы и покажете, что у вас на сердце его настоящие интересы. Они будут больше доверять вам и рассчитывать на ваше терпение в случае, если что-то пойдет не так. Когда мы, мальчики и девочки, подрастали, интерес матери-ангела не ослабевал; мы часто встречались с ней, и она спрашивала, "как идут дела". Она точно знала, чем занимается каждый из мальчиков и девочек, и мы всегда рассказывали ей правду, причем всю правду. Если что-то шло не так, она узнавала об этом от кого-то из других и "разыскивала" несчастного. Насколько мне известно, она много раз помогала другой матери преодолеть кризис, когда мальчик собирался пойти наперекосья или проявлял склонность к глупым поступкам. Она делала это потому, что у нее "был такой способ" обойти мальчика, какого не было даже у его собственной матери, и он слушался. Мать, которая может сохранять свою жизнерадостность при любых обстоятельствах, - это драгоценность. Влияние, которым она обладает, не поддается оценке. Сияющая жизнерадостность сродни Христоподобию, она вдохновляет. Люди, живущие вместе, часто чувствуют себя не в своей тарелке в присутствии друг друга, не испытывая при этом угрызений совести, не осознавая, что совершают социальный проступок. Если же в доме есть оптимистичная, жизнерадостная мама, насколько меняется атмосфера! Косой взгляд или обидное слово быстро замечаются, и вся сила ее заразительной жизнерадостности пускается в ход, недовольство прогоняется, ядовитый дух ссоры, дремавший так близко к поверхности, заставляясь устыдиться себя. Он скрывается в темноте, и мы начинаем день заново, благодарные за то, что мама такая хорошая, такая внимательная и терпеливая.

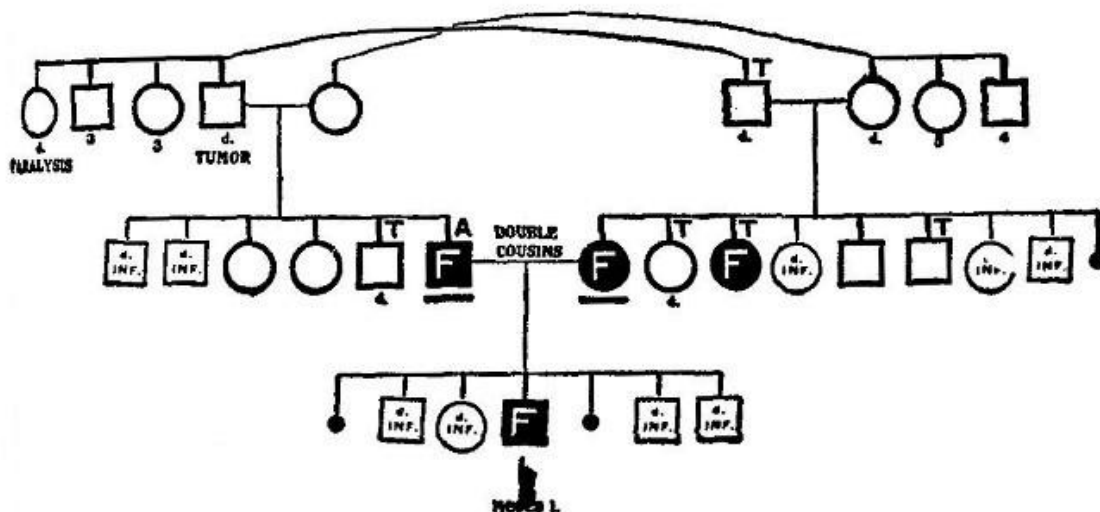
Не дети больше всего ценят такую мать. Отец знает настоящую цену ее жизнерадостности. Он знает, что она значила в прошлом, и знает, что она значит сейчас. Оглядываясь назад, он может вспомнить множество случаев, когда оптимизм его жены был тем самым средством, которое переломило ход событий. Он знает множество деловых сделок, в которых веселые советы жены меняли его точку зрения и превращали неудачу в успех. Он может вспомнить множество случаев в начале своей деловой карьеры, когда перспективы были мрачными и сомнительными, когда успех зависел от такого незначительного фактора, как темперамент и нрав, когда жизнерадостность, любовь и такт его жены рассеивали сгущающиеся тучи, укрепляли колеблющийся дух и вселяли в ситуацию новую борьбу, новую цель, новую надежду. О да, он знает, что жизнерадостность, и оптимизм, и такт, и любовь имеют определенную экономическую ценность, но ее нельзя оценить в долларах и центах. Он знает, что они помогают в решении внутренних проблем, но они священны, святы, освящены.

Жизнерадостность - это настолько мощная реальность, что она имеет определенную, конкретную ценность. Жизнь в значительной степени является продуктом окружающей среды. Наше окружение очень часто диктует нам наше отношение, и, по крайней мере, по темпераменту мы излучаем тот дух, который порождает наше окружение.

НАСЛЕДСТВЕННАЯ СЛАБОУМНОСТЬ [B]



Вот закон. Кровь отца была запятнана. В течение нескольких поколений она лежала без движения, а затем поразила это маленькое дитя, БERTY. Это страшный, неизбежный закон наследственности.



Сейчас, как и много лет назад, междоусловные браки встречаются не так часто. К счастью, результаты близкородственного скрещивания у людей гораздо хуже, чем у животных, главным образом из-за более развитой нервной системы человека. Новая, чистая кровь, прежде всего, является восстанавливающей силой, которая в конечном итоге может далеко продвинуться в устранении любых следов запятнанности.

[B] "Feeble-mindedness; Its Causes and Consequences," Goddard, The Macmillan Company.

Один жизнерадостный дом будет излучать, посылать в мир определенные, конкретные влияния, которые будут поощрять и стимулировать, укреплять и давать новую надежду каждому живому существу, которого он достигнет. Атмосфера жизнерадостности будет оказывать специфическое влияние на каждую склонность, находящуюся в ее зоне. Дети жизнерадостной матери и дома будут излучать счастье, довольство и любовь. Муж жизнерадостной жены будет нести в жизненную борьбу более справедливое, более равноправное, более гуманизирующее влияние как прямой, конкретный результат этой жизнерадостности, и кто может сказать, в скольких других домах дух жизнерадостности будет перенесен как следствие справедливости, равноправия и милосердия этого мужа и отца? Возвращение после трудового дня и забот к камину, в дом, где царит жизнерадостность, - это вдохновение довольства, мира и благодарности. Из радости благодарности, из удовлетворенности мира и полноты довольства рождается Царство Небесное, и когда человеческие сердца чувствуют это, они живут у границы великих возможностей. Жизнерадостная жена и мать не нуждается в советах. Однако ей нужна наша любовь и уверенность в том, что мы верны себе и ведем честную борьбу. В этом знании она будет счастлива.

Равнодушная жена и мать. - Дом, в котором хозяйничает равнодушная жена и мать, - это дом "счастливый-несчастливый". В характере женщины, которая является женой и матерью и при этом равнодушна, есть что-то радикально неправильное. Это не естественное состояние, и часто оно является продуктом простого невежества. Такая женщина может быть очень доброжелательной и милосердной; она может проявлять активный интерес к церковным и общественным делам и считаться доброй и образцовой домохозяйкой. Однако ее интересы лежат вне дома, а поскольку дом - это место апатии и безразличия, она считает, что должна быть "занята" где-то еще. С мужем и его делами она не общается, а с детьми "как-то справляется". Если они приходят поесть и ложатся спать, это все, "чего можно ожидать". Острые трения возникают редко, потому что каждый из них равнодушен и эгоистично занимается своими делами.

Такой дом лишен домашней атмосферы. Материнского прикосновения не хватает: чувства и любовь давно обрели крылья: температура здесь холодная и запретная. Дети "существуют" и, возможно, являются здоровыми животными, но их души пусты, в них нет товарищества и привязанности. Они не знают, что такое человеческое сочувствие, и вырастают либо успешными машинами, либо равнодушными гражданами. Как человеческие существа они неудачники. Было бы удивительно узнать, сколько таких матерей и жен порождает нынешний напряженный век. Их число, безусловно, растет, а беспорядки, которые становятся все более характерными для этого пола, имеют тенденцию еще больше увеличивать этот тип женственности. Материнский элемент ниспровергается, и на его месте мы видим "Справедливость" с ее весами, но с мраморным сердцем.

Эти женщины не понимают, что цитадель материнства - это священная, святая цитадель, и что ее обязанности не могут быть выполнены с отрицательной преданностью. Характер ребенка, его обучение, физическое развитие, умственное развитие, его тело и душа, наследственность и приобретенные инстинкты, его добродетели и пороки, его окружение - все это материнские заботы, материнские обязанности, материнская ответственность, и если ими пренебречь, то часть вечной схемы будет нарушена, и воздаяние будет взыскано.

Выходя замуж, женщина берет на себя ответственность, которой она не может и не смеет пренебрегать. Если же она это делает, ей придется дать отчет о том, как она себя вела.

Равнодушная мать и жена не подходит. Она некомпетентна, она - один из сарказмов природы. Она ошибается как жена, как мать и как член общества. Она не искренна, иначе она не была бы виновна в такой фундаментальной несправедливости. Как человек она - паразит, а в винограднике Хозяина - сорняк.

Муж и дом. - Заботясь о благополучии и эффективности семьи и дома, жена и мать должны время от времени вспоминать о муже и отце.

Уильям Малдун, один из величайших экспертов по физической работоспособности в этой или любой другой стране, близко знавший сотни наших великих людей во всех сферах жизни, недавно заявил, что американские мужчины сегодня, похоже, не обладают той же физической выносливостью и нервной энергией, которой обладали мужчины сорокалетней давности. Другими словами, как раса мы деградируем. По его мнению, это происходит из-за того, что коммерция настолько прочно завладела американским народом, что для достижения успеха в бизнесе или профессии отбрасывается все остальное.

Это серьезное обвинение, исходящее из такого источника, должно вызывать живой интерес у современных жен и матерей.

Переутомленный деловой человек, попадая в руки врача, оказывается неврастеником. Он зашел так далеко, как только может позволить его жизненная сила. Его ум устал и изможден и не может сосредоточиться. Он нервный, раздражительный и жалкий. Его аппетит капризен, и он беспокойно спит. На несколько дней он берет себя в руки и погружается в работу, но усилия выматывают его, и он отступает еще дальше, чем раньше. Он несчастен и подавлен, его взгляды меняются, будущее выглядит непривлекательно, он теряет мужество и веру в себя. Он скрывает все это от своей семьи, не желая, чтобы жена и дети знали, что он теряет хватку. Он даже предпринимает отчаянные усилия, чтобы поддерживать себя в форме, находясь дома, и на какое-то время ему это удастся.

Все это происходит благодаря огромной концентрации усилий на выполнении в десять раз большего объема работы, чем он должен делать, и все это делается для того, чтобы обрести богатство и независимость, не столько ради себя, сколько ради семьи.

Жена, которая не видит почерк на стене, - это вообще не жена. Любая жена, которая не может по одному взгляду определить, что чувствует ее муж, не совсем та, какой должна быть. Некоторые женщины могут усомниться в этом утверждении. Они могут счесть его надуманным обвинением. Тем не менее, правда заключается в том, - и все добропорядочные граждане благодарны, что это так, - что если мужчина и женщина живут вместе много лет, и в течение этого времени работают вместе в симпатии и любви, и разделяют тяготы жизни вместе, они растут друг к другу; существует психическая сила, которая связывает их так, что когда тучи начинают оседать над одним, другой быстро видит туман и приносит все свое тонкое мастерство и заботу, чтобы защитить и бороться в интересах другого. Два сердца, которые бьются как одно" - это старые сердца, сердца, закаленные опытом и смягченные горестями и радостями жизни, сердца, которые прошли через темные и глубокие пятна страданий, любили и помогали друг другу на протяжении всего долгого пути к закатной старости. Бог никогда не создавал более святой картины, чем морщинистое лицо старой доброй матери. Старые глаза, в которых читается обещание близкого мира; беззубый рот, чьи слова ободрения - это воспоминания о прошлом; морщинистое лицо, печальный знак человеческой слабости; нежное слово приветствия, которое доверчиво дарит возраст, - все

это говорит молодым сердцам голодными словами, и мы надеемся, что их участь - это мир, довольство и счастье.

Поэтому жена, честно и добровольно разделившая с мужем все тяготы жизни, сразу заметит, когда жизненная борьба становится опасной для ее помощника.

Настоящая жена будет настаивать на отдыхе, тишине и восстановлении сил. Ни один мужчина не имеет права жертвовать собой ради своей семьи, и ни одна семья не должна осмеливаться ожидать этого. Жена должна часто интересоваться, во что обходится мужу его успех, выяснять, какую цену он платит. Никакой успех не стоит того, если ради него мужчина подрывает свое здоровье и силы. Однако мужчины делают это. Американские бизнесмены делают это постоянно.

Материнское самопожертвование, безусловно, является высшим или христоподобным инстинктом человеческой расы, и ему приписывают должную славу, но не спетая песня отцовской любви - более патетический инцидент этого напряженного века, чем мы склонны полагать. Америка создает породу людей с двойной страстью: страстью к богатству и страстью к защите. Первое - неверный идеал, второе - неверный принцип. Спросите любого из изможденных мужчин, которые на данный момент являются заключенными великолепных учреждений в стране, посвященных восстановлению здоровья: спросите медицинских суперинтендантов крупных санаториев; спросите Малдуна; спросите занятых мужчин из крупного бизнеса, почему они продолжают работать после того, как заработали достаточно, чтобы уйти на пенсию; почему они стремятся, борются и жертвуют собой, и вам ответят, что сила, которая движет ими, - это желание защитить, имея большое состояние, жену и детей, а также тех, кто зависит от них. Средний уравновешенный мужчина Америки никогда не бывает счастлив так, как тогда, когда он может дать своим близким все возможные удобства и роскошь. Он готов работать и жертвовать собой, чтобы реализовать свои амбиции. Правильная жена будет следить за тем, чтобы ее муж получал достойное вознаграждение.

Правильная забота и правильные аргументы помогут отвлечь внимание мужа от дел, что будет выгодно всем заинтересованным сторонам. Американские дети нуждаются в более тесном общении с отцами. Мы должны читать меньше историй о распутстве сыновей богачей и меньше ярких рассказов о похождениях дочерей общества. Сыновья бедняков выиграют от более свободного общения с более опытным отцом, а дочери будут менее склонны удаляться от огня дома, скрепленного более широким сочувствием отцовской любви.

Воспитание и образование наших детей гораздо важнее, чем накопление денег для их безрассудной траты. Мы все нуждаемся в помощи, ободряющих словах и поощрении, чтобы поступать справедливо по отношению к себе и другим. Ничто так не вдохновит и не подтолкнет юношу к достижениям, душевной и физической чистоте и успеху, как осознание того, что его любят, что ему доверяют, что он пользуется нерушимым доверием родителей, братьев и сестер. В нем пробуждается гордость, ему не хотелось бы потерпеть неудачу или разочаровать их, поэтому он прилагает все усилия, чтобы быть достойным и добиться успеха.

Матери стоят у руля. Они должны быть гармонизирующим фактором в доме и приводить свои человеческие корабли в безопасные гавани. Жизненные бури и сражения сплотят команду только в том случае, если "капитан" - правильный человек на правильном месте.

ГЛАВА XXVIII

"Всем, что я знаю, я обязан своей матери".

Авраам Линкольн.

КАК МЫ ЗАРАЖАЕМСЯ БОЛЕЗНЯМИ

Как микробы попадают в легкие - Как микробы действуют в организме - Функция белых кровяных телец - Как образуется абсцесс - Пагубная привычка плевать в общественных местах - Солнечный свет и микробы - Почему необходимо открывать окна - Факты о Туберкулез - склонность к заболеванию - лучшее лечение туберкулеза - болезнь можно предотвратить и вылечить - когда промедление опасно - что есть и носить в жаркую погоду - научная одежда - пить много воды - что пить во время путешествий.

Простое объяснение того, как мы "заражаемся" болезнями, может быть интересным и выгодным. Возьмем, к примеру, случай с чахоткой. Для того чтобы "заразиться" чахоткой, необходимо вдохнуть в легкие микроб чахотки.

Как мы "ловим" эти микробы?

Если больной отхаркивается на улице, или на полу вагона, или в помещении, или в магазине, или в театре, то через некоторое время мокрота становится сухой, и из-за ветра или дуновения, которое может быть вызвано открытием или закрытием двери, или юбками проходящих женщин, сухая мокрота, в которой находятся микробы, смешивается с воздушной пылью. Если мы окажемся рядом именно в то время, когда микробы попадают в воздух, мы можем вдохнуть их в легкие в достаточном количестве, чтобы вызвать чахотку. Если у нас хорошее здоровье и если мы не получим слишком большую дозу бактерий за один раз (а это лишь вопрос удачи), мы сможем их преодолеть, как будет показано далее. Если же мы не очень здоровы, если мы только восстанавливаемся после какой-нибудь серьезной или депрессивной болезни, например гриппа, бактерии преодолеют наш резерв жизненных сил, и чахотка привьется к нашему ослабленному организму.

Как действуют эти микроорганизмы?

Они поселяются на каком-то участке легочной ткани и проникают в нее. Они устраивают себе гнездо и немедленно приступают к работе. Они живут в легочной ткани, быстро размножаются, производят в результате своей деятельности ядовитое вещество. Из-за их разъедания, так сказать, легочной ткани мы часто находим дыры (полости) в легких больных. Быстро размножаясь, они требуют все больше и больше места, поэтому захватывают все больше и больше легочной ткани и разрушают ее. Ядовитое вещество, которое они вырабатывают, попадает в кровь. Его воздействие на кровь приводит к ее ослаблению, а когда кровь становится слабой, жизненная сила снижается, и пациент теряет вес, аппетит и силы. Яд также вызывает лихорадку, и так продолжается долгая, изнурительная борьба, пока смерть не настигает пациента.

Что происходит, если мы вдыхаем эти бактерии, а консумация не развивается? Чтобы понять ответ на этот вопрос, необходимо объяснить некоторые факты, касающиеся белых кровяных телец. Лейкоциты могут проходить через кровеносный сосуд и возвращаться в него, не оставляя никакого отверстия в стенке сосуда.

Функция лейкоцитов - бродить по организму, и если они обнаруживают какую-нибудь бродячую бактерию, присутствие которой нежелательно, их долг - избавиться от нее как можно быстрее. Поэтому лейкоциты можно сравнить с детективом, чья обязанность - арестовать любого подозрительного персонажа, появившегося в городе. Когда лейкоцит обнаруживает странный микроб, он немедленно окружает и заключает его в себе, подобно тому как ваша рука может заключить в себе любой маленький предмет, например цент или десятицентовую монету. Затем он быстро направляется к ближайшему кровеносному сосуду, проникает в него и уносится в кровоток. Если мы здоровы, наши кровяные тельца бдительны, активны и способны защитить нас от любого вторгшегося врага в виде микроба или бактерии. Если же здоровье не в порядке, бактерии могут победить белые кровяные тельца. Если за один раз мы вдыхаем большое количество бактерий-возбудителей, и им удастся попасть в легочное вещество, их тут же встречает армия клеток крови, стремящихся захватить их. Начинается настоящая битва, решающим фактором которой будет состояние пациента. Если у пациента много сил и резервов, если у него хорошее здоровье, клетки крови выиграют битву; если состояние пациента плохое, клетки крови проиграют битву, и туберкулез, или чахотка, начнется у пациента с того момента, когда клетки крови проиграют свою битву. Мы знаем, что битва проиграна, потому что вскоре появляются хорошо известные симптомы болезни. Клетки крови не отступают, когда терпят поражение; они продолжают бороться изо всех сил. Удастся ли им победить бактерии, зависит от лечения, которое получает пациент, и от его личного поведения. Мы даем ему максимум свежего воздуха и солнечного света, потому что это главные враги всех видов бактерий. Мы заставляем его питаться и стараемся стимулировать аппетит, надеясь таким образом придать ему сил, чтобы клетки крови активно боролись в его интересах. Мы принимаем меры по снижению температуры, чтобы не растрчивать и не сжигать его силы. Если нам это удастся, при необходимом активном содействии пациента, клетки крови в конце концов побеждают бактерии, и пациент выздоравливает от болезни.

Такова история вторжения почти всех болезней. Это история белых кровяных тельц.

Лейкоциты действуют и другим, очень интересным способом. Когда вы порезались, клетки крови немедленно окружают весь порез. Они выстраиваются в ряд, как армия, защищающая город. Они образуют идеальную стену, миллионы их, готовые наброситься на всех врагов в виде бактерий или микробов, которые имеют наглость попытаться незаметно пробраться в рану.

Именно по этой причине очень немногие из сотен маленьких поверхностных ранок и царапин, которые получает каждый человек, когда-либо инфицируются или идут во вред.

Когда микроб все-таки проникает внутрь, под кожу, и начинает действовать, как это иногда бывает, лейкоциты, понимая, что не могут победить врага, начинают возводить вокруг него стену и запирают его. Это заставляет врага ограничить свою активность в пределах стены, что он и делает, и так образуется абсцесс, который лопается, когда бактерии заполняют его настолько, что стена поддается и выбрасывает яд на поверхность кожи, тем самым спасая организм от яда микроба, который распространился бы по всему телу, если бы не стена, образованная активным, занятым маленьким лейкоцитом.

Вышеизложенное простое объяснение того, "как мы заражаемся болезнями", несомненно, будет полезно для заинтересованного и внимательного читателя. Первый и самый очевидный вопрос, который напрашивается сам собой: если мы "заражаемся" туберкулезом, вдыхая микробы из высушенной слюны другого человека, то почему больным разрешается

плевать туда, где это может принести вред? Потребителям не разрешается плевать туда, где это может навредить, но они это делают и всегда будут делать.

Каждый департамент здравоохранения во всех цивилизованных уголках земного шара добился принятия законов, запрещающих плевать в любом общественном месте. Каждое санитарное общество, каждое учреждение, целью которого является работа в интересах общественного здоровья, активно содействовало и содействует пропаганде более глубокого понимания принципов санитарии и гигиены. Человек должен быть образован, чтобы понять трагическую необходимость такого закона. Нельзя законодательно внедрить добродетель в общественное сознание. Это глубокое размышление о человеческом интеллекте - осознать, что великая белая чума, для искоренения которой ежегодно жертвуется столько тысяч жизней и тратится столько денег, может быть навсегда искоренена, если человеческая раса согласится полностью прекратить плевать.

Долг каждого человека - принять активное личное участие в этом крестовом походе за образование и освобождение. Мы понимаем и признаем, что многие люди, страдающие от чахотки, не намеренно плюются, зная, что в результате этого могут пострадать другие. Они делают это по неведению. Наша цель - просветить жертву, чтобы она поняла истинное состояние. Чтобы добиться результатов, знания должны быть принесены в каждый дом, а история должна быть рассказана простым и убедительным способом. Матери страны могут в значительной степени помочь в этой похвальной работе. Каждая мать может рассказать своим детям историю о том, как заражаются болезнями. Она может рассказать им, что опасные места заражения находятся там, где люди собираются вместе, в церкви, школе, театре, вагонах и поездах. Она может научить их дышать через ноздри, особенно в общественных местах, потому что ноздри устроены так, что действуют как сито или фильтр, они очищают воздух, которым мы дышим, и когда мы сморкаемся после пребывания в таком месте, мы выдуваем тысячи микробов и других загрязнений, которые попали бы прямо в легкие, если бы мы дышали ртом. Она может научить их глубоко дышать на свежем воздухе, стоять и ходить прямо, чтобы освободить все легкие. Постоянно напоминая детям об этих небольших моментах, вы будете поражены прогрессирующим улучшением, которое происходит как в их телах, так и в их сознании. Они станут маленькими миссионерами, будут рассказывать об этом другим, и таким простым способом можно добиться настоящего блага, которое с годами будет только усиливаться и укрепляться.

Следующее, что наводит на размышления при чтении книги "Как мы заражаемся болезнями", - это значительный акцент, который делается на солнечном свете и свежем воздухе при лечении чахотки. Солнечный свет, как уже говорилось, - великий враг микробов и микроорганизмов всех видов. Там, где есть солнечный свет, микробы не хотят находиться. Поэтому так ошибочна привычка опускать шторы, когда солнце светит в дом, потому что оно "портит ковер". Пусть портит; гораздо дешевле купить новый ковер, чем оплачивать похороны. Пусть солнечный свет проникает в ваши комнаты в течение нескольких часов каждый день. Микробы любят темные, лишенные солнца уголки, где скапливается пыль. Поэтому хозяйки должны заходить в темные углы с влажной тряпкой и протирать их, затем кипятить тряпку и вывешивать ее на солнечный свет, чтобы она высохла до тех пор, пока не понадобится снова. Если вы решите использовать вместо этого тряпку из перьев, как это делает ленивая женщина, вы будете только гонять пыль и микробы из одного угла в другой, и при этом вы дадите себе возможность проглотить несколько микробов мимоходом. Таким образом, за лень можно получить неожиданное наказание.

По той прекрасной причине, что углы и углы являются антисанитарными, их больше не должно быть при строительстве домов и офисных зданий лучшего класса. Они строятся с

"круглыми" углами; даже потолок и стены, пол и стены, встречаются по кривой, - ни одной квадратной щели или угла, где могла бы собираться пыль или микробы.

Если мы добавим влаги в бессолнечное место, то получим идеальную среду для размножения и процветания микробов. В воздухе всегда есть влага или влажность, если высота над уровнем моря невелика, а если он находится рядом с океаном или любым крупным водоемом, то влажность относительно выше. По этой причине мы отправляем пациентов с легочными заболеваниями в горы, где высота над уровнем моря гораздо выше, где нет влаги и, соответственно, практически нет микробов. Однако мы не можем перенести наши дома в горы, так что же делать, чтобы избавиться от влажности и микробов там, где мы вынуждены жить? Что мы делаем со стиркой, когда она становится влажной? Мы вывешиваем его во дворе, на солнце и на ветерке, потому что по опыту знаем, что ветер и солнце быстро высушивают все мокрое. Они делают больше; они освежают все, так что все, что находится под воздействием солнца и воздуха, пахнет свежо и сладко, и является свежим, сладким и чистым. Поэтому, чтобы сделать наши дома сладкими, свежими и сухими, мы должны прогнать затхлый воздух и влагу вместе с ним, открыв окна и впустив солнечный свет и ветерок, каждый день и как можно дольше каждый день. Открытые окна, солнечный свет и свежий воздух - все, что вы можете получить, - вот песня здоровья, радость жизни, единственные средства, которые сохраняют маленькие белые кровяные тельца здоровыми, активными и бодрыми. Именно по этой причине вы должны держать окна в своих спальнях открытыми как ночью, так и днем, чтобы вы и ваши дети дышали свежим, чистым, сладким воздухом, а не затхлым, влажным, насыщенным микробами.

ФАКТЫ О ТУБЕРКУЛЕЗЕ

Туберкулез, или чахотка, - это болезнь плохого воздуха, пыльных помещений, недостаточного питания и, прежде всего, невежества в отношении ее опасностей и того, что мы знаем о возможностях ее лечения. Чем больше мы будем знать об этой болезни, тем больше шансов ее вылечить, а еще лучше - предотвратить.

Не так давно смертность от чахотки составляла один к шести, то есть каждый шестой человек, умерший в этой стране, умер в результате туберкулеза в той или иной форме. Сейчас этот показатель составляет примерно один к восьми. Это поразительное снижение - примерно одна треть от прежнего числа жертв теперь избавлена. Не так давно болезнь считалась практически смертельной, теперь же она относится к числу легко излечимых заболеваний. Повсеместное распространение этих знаний поможет лишить "Великую белую чуму" ее ужасов.

Исследования и наблюдения показали, что у подавляющего большинства людей есть определенная тенденция успешно избавляться от этой болезни. Любопытный и поразительный факт, который мы узнали, изучая результаты вскрытий; почти в каждом случае мы обнаруживаем, что каждый человек, смерть которого наступила после тридцати лет, когда-то болел чахоткой, сопротивлялся ей и умер от какой-то другой болезни. Мы имеем в виду, что в какой-то момент, скорее всего, во время одной из детских простуд, каждый из нас заболел чахоткой, но благодаря своей жизненной силе успешно сопротивлялся и победил ее. Другими словами, белые кровяные тельца выиграли свою борьбу.

Это знание имеет огромную ценность: оно показало ученым, изучавшим особенности заболевания, что существуют условия, которых можно достичь, при которых человеческий организм может уверенно и победоносно противостоять нашествию туберкулезных палочек.

Общественное сознание до недавнего времени было проникнуто заблуждением, что болезнь передается по наследству. Считалось, что если болезнь "передается по наследству", то ее жертвы почти наверняка умрут. Теперь мы точно знаем, что чахотка не передается по наследству и что вместо того, чтобы непременно умереть пациенту, в чьей семье она была, один этот факт обеспечивает жертве гораздо лучшие перспективы на излечение, чем если бы в семье ее никогда не было. Объяснение этого кажущегося парадокса вполне логично с медицинской точки зрения. Теория лечения болезней вакцинами заключается в том, что если ввести в кровь продукты жизнедеятельности микробов определенных заболеваний, то человек, в кровь которого была введена вакцина, будет полностью противостоять этому заболеванию, а если и приобретет его, то в легкой и более измененной форме. Если в семье на протяжении нескольких поколений разные члены умирали от туберкулеза, то кровеносная система семьи настолько пропитается токсинами, или ядами, этой болезни, что со временем сформируется определенный иммунитет. Следовательно, туберкулез у человека, кровь предков которого привыкла или привыкла к яду болезни, будет протекать мягче, будет более измененным по типу и легче поддаваться лечению, чем у человека, чья семейная история не содержит следов туберкулеза.

В доказательство этого принципа можно привести хорошо известный факт, что чахотка протекает быстро и со смертельным исходом у тех народов, которые до сих пор не были ей подвержены. Смертность среди наших американских индейцев, когда она впервые появилась у них, была огромной.

Та же истина применима и к сифилису. Кровь цивилизованной расы стала настолько сифилизированной, что она уже не так восприимчива к этому заболеванию, как раньше: и болезнь, как мы ее знаем сегодня, не проявляет той же вирулентности, что и много лет назад, или как в расе, которой она прививается впервые.

Эти идеи о излечимости болезни и о ее негениальности чрезвычайно важны и в высшей степени убедительны. Туберкулез забирает только тех, кто сдается, и тех, кто не может смириться. Тот, кто будет мужественно бороться с болезнью, всегда сможет противостоять ее разрушительным последствиям в течение многих лет, если не дожить до нормальной жизни.

Склонность к заболеванию Мамы должны понимать, что подразумевается под "склонностью к заболеванию". Мы утверждаем, что чахотка не передается по наследству, но мы знаем, что некоторые люди рождаются со склонностью к туберкулезу. Что это значит?

Допустим, туберкулезная мать рождает ребенка. Было бы глупо предполагать, что этот ребенок появится на свет с нормальным уровнем сопротивляемости; но можно быть уверенным, что он не туберкулезный и не обречен момент своего рождения. Он может быть тем, кого обычно называют слабым, хилым, болезненным младенцем, но зародыш болезни не заложен в его конституции. Если его отнять от матери, лишить туберкулезной среды и воспитывать в лучших гигиенических и санитарных условиях, он может стать крепким, здоровым, нормальным человеком.

Склонность к заболеванию в этом случае не проявится. Однако если мы позволим ему остаться с туберкулезной матерью, питаться ее молоком, жить в условиях, которые неизбежно являются негигиеничными и несанитарными - присутствие больной матери делает их таковыми, - вероятность того, что склонность к болезни, которая в его случае является склонностью к слабым легким, материализуется из-за его слабого сопротивления, плохого питания и неблагоприятного окружения. Если, следовательно, его образ жизни не способствует развитию и укреплению слабой структуры, то сама структура при первом же напряжении поддастся, и, естественно, слабое место станет точкой выбора для вторжения

болезни. Этой нагрузкой может быть одна из детских болезней - лихорадка, корь или коклюш, а может быть и бронхит. Вместо того чтобы выздороветь от этих заболеваний, как это сделает нормально развитый ребенок, этот ребенок, чья потенциальная сопротивляемость ниже нормы, не достигнет точки сплочения, станет благодатным полем для вторжения микробов и разовьется туберкулез - не напрямую, однако, в результате того, что у него была туберкулезная мать, а потому, что его не изъяли из туберкулезной среды и не дали ему справедливый шанс. Высокая детская смертность в значительной степени вызвана непосредственно этой "склонностью к болезни", плюс неблагоприятная среда, и именно здесь евгеническая пропаганда нашла свое перспективное поле и неоспоримую причину для активного существования.

Приведем еще одну иллюстрацию, чтобы мать могла получить полное представление о далеко идущих последствиях "склонности к болезни".

Мы не можем справедливо считать, что ребенок изжил свои наследственные склонности, пока не достигнет периода своего полного роста, физического, умственного и морального. Мы знаем, что этот период приходится на двадцать третий год жизни. Молодая девушка восемнадцати или даже двадцати лет, успешно сопротивляющаяся наследственным тенденциям, скорее всего, достигнет полного физического и умственного роста, если не будет подвергать свою жизненную силу серьезным физическим нагрузкам или если не станет жертвой серьезной болезни. Предположим, эта девушка выходит замуж и беременеет; это условие сразу же меняет уравнение борьбы или сопротивления; она больше не сохраняет свои силы и энергию; она тратит их, растрчивает в той мере, в какой они применяются для ее собственного развития. Процент в пользу успешной борьбы с унаследованными тенденциями значительно уменьшается, и, по сути, статистика показывает - как это полностью объясняется в статье "Зло раннего брака", - что многие из этих молодых матерей заболевают в результате беременности в этот период незрелости, когда они могли бы жить иначе. Таким образом, "склонность к болезням" имеет экономическую ценность, и государство должно строить свою работу по линии сохранения здоровья в самом широком смысле этого слова.

Лучшее лечение туберкулеза. - Самым важным фактором в современном лечении чахотки является правильное питание. Это невозможно подчеркнуть слишком сильно. В первом издании этой работы говорилось, что самым важным фактором в лечении этой болезни является свежий воздух. У автора были очень веские причины кардинально изменить свое мнение в этом отношении.

Эта истина утверждается настолько категорично, что теперь совсем не обязательно стремиться к смене климата в надежде, что такая смена поможет пациенту. Однако не следует понимать, что эти рассуждения применимы к благотворительным случаям. Если пациент находится в таком положении, что нет возможности обеспечить ему надлежащие условия, смена климата может принести пользу. Однако улучшение наступает не из-за смены воздуха, хотя в таких случаях он, несомненно, вносит свой вклад; дело в измененной обстановке.

Пациенты, которые в своих домах пользуются санитарно-гигиеническим уходом; которые могут иметь в своем исключительном пользовании комнату достаточного размера, которая тщательно проветривается днем и ночью; которые обеспечены "правильным питанием" и которые будут беспрекословно подчиняться правилам, которые установит врач, знакомый с этим конкретным методом лечения, могут быть уверены в скорой реакции. Разумный читатель поймет, что это утверждение не относится к пациентам на последних стадиях

заболевания. Однако это утверждение по праву можно считать революционным. Это не то, чему нас учили, но, тем не менее, оно подчеркивает то, что уже известно каждому врачу: теоретически чахотка - это болезнь, которая должна поддаваться лечению. То, что мы не добились больших успехов в борьбе с ней в прошлом, следует отнести на счет нашего метода лечения. Тот факт, что большинство из нас перенесли эту болезнь и выздоровели, убедительно свидетельствует о ее излечимости. Те, кому не удается быстро выздороветь, не обладают достаточной жизненной силой, чтобы сбросить ее спонтанно. Если в это время, когда болезнь только начинается, ее обнаруживают и назначают правильное лечение, мы немедленно снабжаем организм теми компонентами, которых ему не хватает, и можем рассчитывать на благоприятные результаты, если пациент соблюдает предписания.

Вторым важным условием лечения чахотки является обилие свежего, чистого воздуха. Поэтому мы советуем пациенту как можно больше находиться на свежем воздухе. Если обстоятельства позволяют ему спать на открытом воздухе, тем лучше; если нет, он должен спать в комнате с максимально открытыми окнами зимой и летом. Исключений из этого правила нет. Если идет гроза, внешние жалюзи можно закрыть, но окна должны оставаться открытыми. Городской воздух так же эффективен для наших целей, как и воздух любой другой местности - главное, чтобы его было достаточно с механической точки зрения. Преимущества от отправки пациентов за город, даже при старом убеждении, с лихвой перекрывались условиями, возникающими в новой среде, которые пагубно влияли на их прогресс. Теперь, когда мы знаем, что нет необходимости или необходимости обеспечивать воздух иного качества, чем тот, который есть в любом городе, все наши усилия могут быть сосредоточены в интересах пациента, чтобы направить его на "правильное питание" и контролировать его поведение. В редких случаях необходимо назначать какие-либо лекарства.

В исключительных случаях кашель может потребовать седативного средства, особенно если он беспокоит пациента по ночам. Однако опыт учит нас, что двенадцать часов жизни на свежем воздухе и сон с открытыми окнами помогают от кашля лучше, чем любые лекарства, которыми мы располагаем.

Плевральные осложнения могут вызывать боль, но и этот признак лучше всего снимается свежим воздухом. Совсем недавно в больнице Святого Фомы в Лондоне (Англия) были проведены исчерпывающие эксперименты в этой связи. Было решено подвергнуть пациентов испытаниям на открытом воздухе на предмет плевритических болей во время чахотки. Эта больница расположена на берегу Темзы, в сырой и туманной части города; несмотря на этот недостаток, было убедительно показано, что пациенты, которые днем и ночью жили на балконах, вдыхая эту тяжелую, мутную, сырую атмосферу, избавлялись от болей быстрее и надолго, чем те, кто находился в палатах больницы.

Поскольку пациент должен получать достаточное питание, его излечение зависит от состояния желудка. Известно, что микроб активнее действует в организме пациента, который теряет вес. Когда микроб очень активен, его яды, циркулирующие в крови, вызывают лихорадку, а лихорадка приводит к истощению тканей. Поэтому мы должны приложить все усилия, чтобы преодолеть эту тенденцию. Если мы сможем заставить пациента принимать достаточное количество пищи и тщательно ее переваривать, вес увеличится, лихорадка спадет, а отходы тканей прекратятся. Поэтому пациенты должны быть очень внимательны к тому, что они кладут в свой желудок. Принимать следует только простую, вкусную, высокопитательную пищу, не растрачивая энергию пищеварения на менее питательные материалы. По этой причине неисчислимый вред был нанесен беспорядочным приемом лекарств. Лекарства плохо влияют на желудок, и пациенты,

принимающие их, теряют аппетит. Лекарства следует принимать только с определенной целью и только по рекомендации врача. Особенно следует предостеречь таких пациентов от использования разрекламированных патентованных лекарств. Они всегда вредны и никогда, ни при каких обстоятельствах, не приносят пользы, как это ясно показано в главе "Патентованные лекарства". Ежегодно от чахотки умирают тысячи людей, которые могли бы жить, если бы не принимали такие средства.

Следующая статья разослана Департаментом здравоохранения Нью-Йорка в качестве инструктивного циркуляра по туберкулезу.

ИНФОРМАЦИЯ ДЛЯ БОЛЬНЫХ ТУБЕРКУЛЕЗОМ И ТЕХ, КТО С НИМИ ЖИВЕТ

Консумация вызывается главным образом грязной привычкой плевать. Консумация - это болезнь легких, которую перенимают от других, и она не просто вызывается простудой, хотя простуда может облегчить течение болезни. Ее вызывают мельчайшие микроорганизмы, которые обычно попадают в организм вместе с вдыхаемым воздухом. Вещество, которое больные откашливают или отхаркивают, содержит эти микроорганизмы в огромном количестве - нередко за один день выделяются миллионы. Эта материя, выплюнутая на пол, стену или в другое место, высыхает, превращается в порошок и поднимается в воздух в виде пыли. В пыли содержатся микробы, и они попадают в организм вместе с вдыхаемым воздухом. Особенно опасна эта пыль в дверях. Дыхание больного, за исключением тех случаев, когда он кашляет или чихает, не содержит микробов и не вызывает заболевания. Здоровый человек заражается болезнью от больного только в том случае, если каким-то образом вдыхает вещества, выкашливаемые больным.

Консумацию часто можно вылечить, если распознать ее природу на ранней стадии и принять надлежащие меры для ее лечения. В большинстве случаев это не смертельная болезнь.

Жить с больным не опасно, если своевременно уничтожать выкашливаемые им вещества. Это вещество не следует сплевывать на пол, ковер, печь, стену или тротуар, а всегда, если это возможно, в чашку, приготовленную для этой цели. В чашке должна быть вода, чтобы вещество не высыхало, а лучше карболовая кислота в пятипроцентном водном растворе (шесть чайных ложек на пинту воды). Этот раствор убивает микробы. Чашку следует опорожнять в водопровод не реже двух раз в день и тщательно промывать кипятком.

Больные должны тщательно следить за тем, чтобы их руки, лицо и одежда не были испачканы выкашливаемой жидкостью. Если они все же испачкались, их следует сразу же вымыть с мылом в горячей воде. Больные чахоткой мужчины не должны носить бороды или только аккуратно подстриженные усы. Когда больной находится вне дома, откашливаемое вещество следует принимать в карманную фляжку, сделанную специально для этой цели. Если необходимо использовать салфетки, то по возвращении домой их следует немедленно сжечь. Если же используются носовые платки (гораздо лучше бесполезные, которые можно сразу сжечь), то перед стиркой их следует прокипятить в воде не менее получаса. При кашле и чихании из организма выбрасываются мелкие частицы слюны, содержащие микробы, поэтому больные должны всегда держать перед ртом платок или салфетку во время этих действий; в противном случае следует по возможности избегать использования салфеток и платков для приема выкашливаемой материи, поскольку она легко высыхает на них, отделяется и рассеивается в воздухе. Поэтому, когда это возможно, следует набирать вещество в стаканчики или колбы. Бумажные стаканчики лучше, чем обычные, так как первые вместе с содержимым можно сжечь после использования. Карманная фляжка из

стекла, металла или картона также является наиболее удобным сосудом для сплевывания вдали от дома. Дешевые и удобные формы колб и чашек можно приобрести во многих аптеках. Пациенты, слишком слабые, чтобы пользоваться чашкой, должны использовать влажные тряпки, которые следует сразу же сжечь. Если используются тряпки, их следует носить не в кармане, а в водонепроницаемом сосуде (кисете для табака), который следует часто кипятить. Больной никогда не должен глотать отхаркивающие средства.

У больного должна быть своя кровать и, если возможно, своя комната. В комнате всегда должно быть много свежего воздуха - окно должно быть открыто днем и ночью. Загрязненные салфетки и постельное белье пациента следует как можно реже обрабатывать, когда они высохнут, но их следует помещать в воду до тех пор, пока они не будут готовы к стирке.

Уборка комнат должна проводиться ежедневно, но для предотвращения поднятия пыли все полы должны быть хорошо посыпаны перед подметанием, а пыль и т. д. должны вытираться влажными тряпками.

Если выкашливаемые вещества будут безвредны, больной может не только часто выполнять свою обычную работу, не передавая болезнь другим, но и улучшить свое состояние и повысить шансы на выздоровление.

Комнаты, в которых жили больные, должны быть тщательно вычищены, вымыты, побелены, покрашены или оклеены бумагой, прежде чем их снова займут. Ковры, ковровые покрытия, постельные принадлежности и т.д. из комнат, в которых находились больные, должны быть продезинфицированы. Если Департамент здравоохранения будет уведомлен об этом, за такими предметами вышлют, продезинфицируют и вернут владельцу бесплатно, или, если он пожелает, они будут уничтожены.

При переезде потребители должны уведомить об этом департамент здравоохранения. Потребителей предупреждают от множества широко рекламируемых лекарств, специфических средств и специальных методов лечения чахотки. Нельзя ожидать излечения ни от одного вида лекарств или метода, кроме общепринятого лечения, которое зависит от чистого воздуха, жизни на свежем воздухе и сытной пищи.

Потребители, у которых есть возможность попасть в санаторий, должны сделать это немедленно.

Когда промедление опасно. Поскольку обязанность матери - следить за здоровьем и работоспособностью всех членов семьи, она должна выработать правило, которое поможет ей не ошибиться в каждом случае болезни. Это правило должно заключаться в том, чтобы никогда не затягивать с получением медицинской помощи.

За почти двадцать лет активной общей практики у меня были сотни "срочных" звонков с просьбой "приехать немедленно". Ни в одном из этих вызовов не было и десятка случаев, требующих немедленного вмешательства с медицинской точки зрения. Однако в большинстве из них помощь должна была быть оказана раньше. Люди слишком долго ждут, надеясь на спонтанное выздоровление, а когда вместо выздоровления понимают, что пациент совсем болен, их мучает совесть, и они "в спешке" вызывают врача. Промедлив со дня на день, они решают обратиться к профессионалам и посылают гонца за врачом с указанием "пойти за другим, если он не может прийти сразу". Необходимо, чтобы он пришел немедленно, хотя они уже неделю медлят с обращением к нему. Каждый врач сталкивается с

подобными вызовами каждую неделю своей жизни. Если человек пережил неделю отсутствия внимания, вполне разумно предположить, что он переживет еще час, - и за этот час врач может успеть закончить все, что он делал в момент вызова.

Если вы были виновны в том, что не обратились за помощью раньше, не добавляйте к своим грехам невежливость. Мир требует от нас, и каждый человек вправе ожидать от нас определенной степени внимания и вежливости. Если мы не оказываем их, то только вредим себе, потому что отсутствие воспитания - это вред, ограничивающий рост и счастье. Степень достижимого счастья ограничена степенью "доброты", которая есть в нас. Если вы невнимательны, то, будьте уверены, есть элемент счастья, который ускользает от вас, и вы не сможете достичь его, пока не станете внимательными.

Невнимательно и невежливо требовать от врача "немедленно приехать", если нет острой необходимости в его услугах, а если вам только что внушили, что вы нуждаетесь в помощи после недельной слепоты, то нет никакой срочности в этом вопросе. Звонок через час будет не хуже.

Возьмем следующий случай: Мать обнаруживает небольшое количество крови в подгузнике своего двухмесячного ребенка. Днем ее стало больше, и она решает дать ребенку касторовое масло. Ночью он спал беспокойно, а утром у него обильный стул, и в результате приема касторового масла в стуле обнаруживается большое количество крови. Она посылает срочный вызов врача. Врач обнаруживает следующие факты: Ребенок находится на искусственном вскармливании; его рвет пищей уже неделю; его стул был зеленым, нечистым и содержал слизь; у него несколько дней была высокая температура; он сильно похудел и выглядел бледным и болезненным. Врач получил эту историю от матери - следовательно, она знала о состоянии ребенка. Почему она медлила с вызовом врача? Насколько больным должен был быть ребенок, чтобы необходимость в помощи показалась ей оправданной? Почему кровь в стуле не показала, что помощь необходима? Чего ожидает общество от врачей в таких случаях? Но зачем задавать вопросы? Многие матери будут сомневаться в существовании такой матери, как описанная выше. Но это не так: она была одной из моих пациенток. Я не понимаю таких женщин; я только знаю, что таких матерей существует достаточно много. У этой конкретной матери есть другие дети, она хорошая хозяйка, привлекательна внешне, и о ней хорошо отзываются в обществе. Если такое бессердечное поведение может исходить из такого источника, разве это не свидетельство того, что средняя мать нуждается в обучении, в воспитании, и разве это не говорит о том, что евгеника должна распространяться по всей стране?

Промедление опасно при всех болезнях, которые длятся, несмотря на тщательную очистку кишечника. Ждать, надеясь, что "все изменится", - плохая практика. Это несправедливо по отношению к медицинской профессии и бесконечно более несправедливо по отношению к жертве.

Существует два вида хирургических операций - по выбору и по необходимости.

Все знают о необходимых операциях, большинство из которых приходится делать в результате несчастного случая, но мало кто понимает опасность промедления с так называемыми "операциями по выбору". Они проводятся при таких заболеваниях, как аппендицит, рак, проблемы с желудком и кишечником.

Откладывание операции по выбору уменьшает шансы на жизнь и фактически превращает операцию в необходимость с меньшими шансами на выздоровление, чем от операций, которые должны незамедлительно следовать за травмами.

Когда мы чувствуем, что операция необходима, или сомневаемся в ее необходимости, самое мудрое решение - проконсультироваться с врачом. Тогда, если выяснится, что операция необходима, у нас будет достаточно времени, чтобы все предусмотреть. Можно начать соблюдать диету, которая, как правило, необходима, и есть все шансы на скорейшее выздоровление.

Если человек сломал ногу и она была плохо вправлена, хирурги не переламывают ее сразу, а дают ей зажить и пациенту восстановить силы, когда она снова будет сломана и вправлена правильно. Это операция выбора.

Но если в результате падения происходит страшный перелом ноги, и раздробленная кость выпирает, то следует операция по необходимости, чтобы исправить порванные артерии.

Из недавно собранной статистики стало известно, что около тридцати процентов людей, прооперированных по поводу аппендицита, умирают только потому, что откладывают операцию. Это должна была быть операция по выбору, когда все меры можно было принять заранее; промедление превращает ее в операцию по необходимости, когда жертва находится в таком плохом физическом состоянии, что у нее нет и половины тех сил для восстановления, которые были бы у нее, если бы у нее хватило ума обратиться к врачу при первом же подозрении, что что-то не так.

Эта же статистика свидетельствует о том, что 99 процентов случаев аппендицита при своевременном обращении излечиваются с помощью операции, что является самым убедительным доказательством глупости промедления в таких случаях.

Общее число ежегодных смертей от аппендицита, вызванных задержкой с операцией, превышает число смертей во время испано-американской войны. Бывают случаи, когда врачи не советуют делать операцию достаточно быстро.

Прежде всего, когда авторитетный врач советует операцию, не думайте, что вы знаете больше, чем врач, а сразу же делайте операцию. В девяти случаях из десяти это спасет вам жизнь.

ЧТО ЕСТЬ И ЧТО НОСИТЬ В ЖАРКУЮ ПОГОДУ

Не стоит доверять так называемым "жарким" продуктам. Злаки и другие продукты, рекламируемые как обладающие чудесными свойствами, на самом деле не имеют никаких преимуществ. Некоторые из них имеют большую или меньшую ценность в качестве обычной пищи, но они, конечно, не обладают каким-либо необычным превосходством. Летом и в любое другое время лучше всего готовить дома.

Необходимо тщательно следить за тем, чтобы поддерживать систему в наилучшем состоянии. Это окажется самым эффективным средством защиты от жары. Некоторые продукты не подходят определенным людям, и летом их следует тщательно избегать. В этом вопросе каждый человек должен судить сам. В остальном рацион должен быть тщательно сбалансирован, чтобы есть достаточно, но не слишком много. Следует есть как можно больше фруктов, а мясо - не чаще одного раза в день. Однако не стоит полностью отказываться от него.

Пища поддерживает организм за счет тепла, которое она вырабатывает химическим путем, и поэтому невозможно исключить определенный согревающий эффект. Однако если поддерживать систему в норме и правильно сбалансировать рацион, он не должен ощущаться. Организм совершает работу и тратит энергию. Она должна быть заменена

тепловой ценностью пищи. Определенное количество жиров, крахмала и других составляющих хорошо сбалансированной диеты просто необходимо.

Жирное мясо и другие виды жира являются наиболее нагревательными из всех продуктов, поэтому летом их количество можно свести к минимуму. Количество необходимой пищи, конечно, во многом зависит от характера работы, которую выполняет человек. Мозговики могут есть очень мало утром и в течение дня, откладывая до вечера единственный тяжелый прием пищи. Если они делают это круглый год, то, скорее всего, утром и днем будет прохладнее, если съесть легкий завтрак и обед. Однако не стоит радикально менять свои привычки.

Работникам, занятым ручным трудом, требуется больше пищи, и тяжелые блюда лучше есть в середине дня. Все три приема пищи должны быть сытными. Если не перегружать организм, переедание не грозит.

Свинина не только сытная и жирная, а значит, очень согревающая, но и быстрее всех остальных видов мяса портится. Телятина также очень быстро портится, если ее не держать при надлежащей температуре. Из всех видов мяса баранина обладает наилучшими качествами хранения. Говядина также хорошо хранится и является безопасным мясом для употребления летом.

Мухи опасны в любых условиях, но особенно их следует избегать там, где хранится мясо. Бактерии, которые они переносят, особенно процветают на мясе и поэтому способны размножаться быстрее, чем если бы они попадали на другие продукты. Необходимо следить за тем, чтобы покупать мясо только в тех местах, где обеспечена надлежащая защита от мух.

Очень важно хранить мясо при равномерной холодной температуре. Нельзя допускать, чтобы оно нагревалось, а затем снова охлаждалось. В некоторых мясных магазинах мясо до сих пор хранится на открытых прилавках или крюках, а в конце дня его перекладывают в холодильники. Такие магазины следует обходить стороной. Современные методы предусматривают наличие холодильных прилавков со стеклянным покрытием, которые сохраняют мясо холодным, пока оно выставлено на витрину.

Мясо следует хранить при как можно более низкой температуре. В обычном холодильнике температура немного выше нуля, а предпочтительнее температура на уровне или ниже нуля.

Научная выделка. - Научная выделка позволяет свести к минимуму влияние жары. Солнечное тепло должно быть подальше от тела, а тепло, вырабатываемое телом, должно уходить. Этого можно добиться, если одежда будет очень свободной, чтобы оставалось достаточно пространства для воздуха, а верхняя одежда будет хорошо пропускать тепло. Ткань, конечно, должна быть как можно легче по весу, но важнее, чтобы она была хорошим проводником тепла и имела пористое плетение.

Недостаточно внимания уделяется выбору цвета для противостояния жаре. Две одинаковые ткани, за исключением цвета, будут сильно отличаться друг от друга по сравнительному количеству тепла, которое они пропускают. Следует выбирать светлые оттенки, но следить за тем, чтобы они не были кричащими, чтобы не раздражать глаз и не усиливать психическое воздействие жары.

Белье и шелк - лучшие проводники тепла, чем шерсть. Переплетение ткани во многом определяет количество тепла, которое она пропускает. Гладкие, жесткие ткани поглощают гораздо меньше тепла, чем ворсистые. По этой причине саржа гораздо холоднее камвольной ткани того же оттенка и веса. Однако часто ошибаются, приобретая серж темно-

синего цвета. Он должен быть как можно более светлым; серый цвет намного холоднее голубого. Белый серж намного холоднее белой фланели, потому что он менее пушистый.

Льняная ткань намного холоднее шерстяной, потому что она лучше проводит электричество и имеет более пористое плетение. Льняная нить грубая, что создает неровности в переплетении, обеспечивая более тщательную циркуляцию воздуха. Хлопок - еще лучший проводник, чем лен, и был бы предпочтительнее для летней одежды, если бы не тот факт, что он не так хорошо носится и держит форму.

Мохер очень легкий по весу и прохладный на вид. Однако на самом деле он является довольно хорошим проводником тепла, имеет плотное плетение и обычно бывает темных оттенков. Это шерстяная ткань, а у любой шерсти нити в процессе производства переплетаются более плотно, чем у льна, хлопка и шелка. Лен - пожалуй, лучший материал для летней одежды. Оно имеет пористое плетение, светлый цвет и достаточно легкий вес.

Следует помнить, что защитным клапаном тела в жаркую погоду является испарение пота, а не сам процесс потоотделения. Например, если рука находится в перчатке, она потеет гораздо больше, чем на открытом воздухе, но при этом не так сильно охлаждается. Именно испарение является процессом охлаждения. Если пот впитывается, он не может испариться. Вот почему свободная одежда охлаждает лучше, чем облегающая. По этой же причине хлопок холоднее на коже, чем лен или шелк: он хуже впитывает влагу.

Пейте много воды. Вода, и ее большое количество, желательна в любое время лета. Ее следует пить свободно в течение дня. Лимонад также полезен, так как легкая кислота способствует пищеварению. Лучше всего, если напитки будут охлаждены до умеренной температуры. Ледяная вода не вредна, но предпочтительнее, чтобы она не была такой экстремальной температуры. К льду прибегают только как к удобному средству обеспечения приятной температуры; организм не жаждет сильного холода. Вода при температуре воздуха тошнотворна, поэтому в нее кладут лед и добиваются другой крайности. Шестьдесят градусов - идеальная температура для питьевой воды. Если бы ее можно было удобно достать, она была бы предпочтительнее, чем более холодная. Она не только менее вредна для организма, но и более приятна и утоляет жажду. Вода, налитая в бутылки и оставленная в холодильнике до полного охлаждения, - лучший способ приготовления летнего напитка. Если любой напиток достаточно холодный, чтобы вызвать боль в голове или горле при его употреблении, это может быть вредно. Холодная вода, вылитая на запястье или голову, оказывает охлаждающее действие и помогает избавиться от привычки пить ледяную воду.

Если вы можете себе это позволить, было бы хорошо летом пить только минеральную воду. Это не только гарантирует чистоту, но и способствует пищеварению и делает воду более приятной на вкус. В результате ее выпивается больше, чем обычной воды, а в жаркую погоду желательно пить как можно больше воды. Под минеральной водой я подразумеваю газированную воду в бутылках, предназначенную для употребления в пищу. Необходимо следить за тем, чтобы вода была лишь слегка пропитана солью.

Гораздо безопаснее пить хорошо известную воду. Вода может быть разлита не на источнике или в антисанитарных условиях. Во многих случаях минеральная вода не отвечает всем требованиям чистоты. Если нет уверенности в чистоте бутилированной воды, безопаснее использовать воду из гидранта, подаваемую по городским трубам.

Однако в путешествиях и на летних курортах лучше всего пить только минеральную воду известной марки. Только так и убедившись, что бутылку не доливали, можно обезопасить

себя. Вода, подаваемая в поездах и на курортах, часто не такая чистая, как в крупных городах.

В целом, однако, минеральная вода не имеет особых преимуществ перед обычной, за исключением того, что известные марки гарантированно чистые, а карбонизация делает ее более вкусной, что увеличивает количество потребляемой воды. Гораздо безопаснее и полезнее пить известную минеральную воду, чем так называемые безалкогольные напитки, многие из которых нечисты и вредны.

ЖЕНСКИЕ БОЛЕЗНИ

ГЛАВА XXIX

ЖЕНСКИЕ БОЛЕЗНИ

Важность женских болезней - начало женских болезней - больные женщины неэффективны как хозяйки, как жены, как мать - немногие больные женщины становятся беременными - главная причина женских болезней - существование среднестатистической матери - женские болезни можно избежать - история жены - женщины, которые не хотят детей - злоупотребление детородной функцией - что должна делать женщина с женскими болезнями - рак у женщин - рак груди - рак матки Что каждая женщина должна знать о раке - Изменение жизни - Менопауза - Климакс - Средний возраст, в котором происходит изменение жизни - Симптомы изменения жизни - Важность правильного диагноза - Опасные сигналы изменения жизни - Поведение во время изменения жизни.

Ни один добросовестный врач не может задумываться над этой темой, не испытывая глубокого волнения. Можно справедливо сказать, что все виды заболеваний, влияющие на общее здоровье, счастье и работоспособность людей, одинаково важны и должны вызывать одинаковое внимание и доброжелательность. По многим причинам это не так, как я постараюсь показать. Однако доминирующая причина, делающая женские болезни исключением из этого правила, может быть упомянута здесь, чтобы читатель не забывал о ее важнейшем значении при рассмотрении этой темы в других аспектах. "Женские болезни" стоят на первом месте как евгеническая проблема. Они оказывают прямое и далеко идущее влияние на потомство. Они влияют на обстановку в доме, а значит, на здоровье и работоспособность всех заинтересованных лиц.

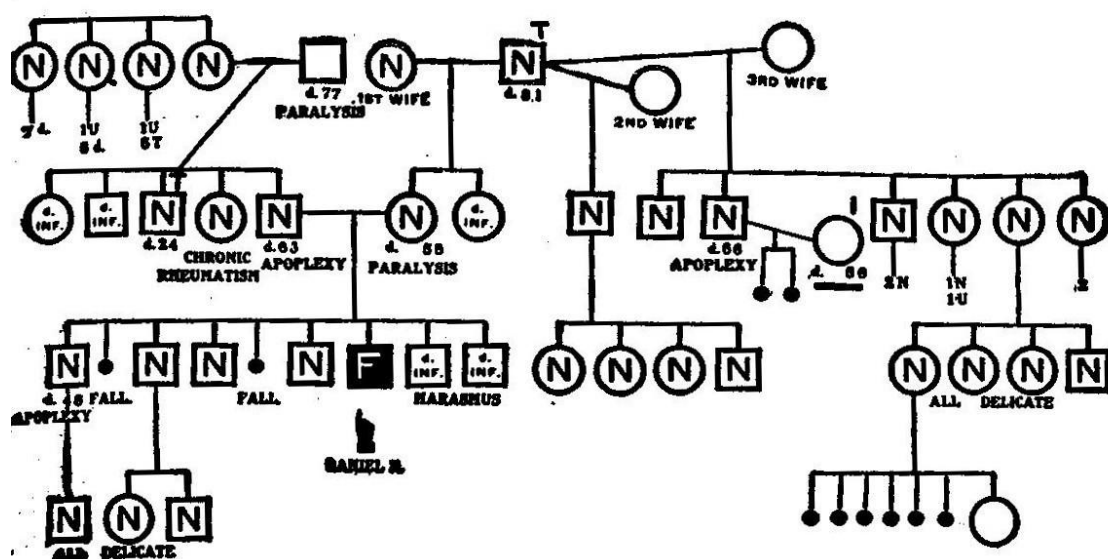
Заболевания, которые лежат в основе утверждений этой статьи, следующие: лейкорея, смещения или неправильное положение внутренних органов; разрывы, язвы, опухоли, половая неполноценность и венерические осложнения.

Невозможно и нежелательно перечислять симптомы, возникающие при этих заболеваниях. Они не дадут среднестатистическому человеку ни справедливой картины, ни разумного резюме жизни жертвы этих недугов. Фактическое описание жизни пациентки будет более эффективным, потому что оно будет отображать случайную домашнюю атмосферу, в которой живет большинство этих пациентов.

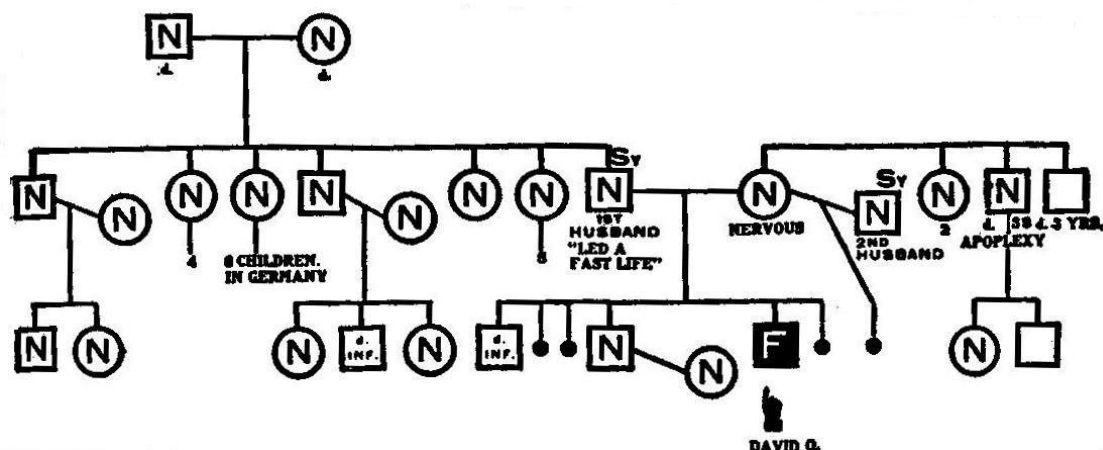
Начало женских болезней Когда женщина впервые начинает ощущать последствия так называемой "женской слабости", она осознает, что не чувствует себя "в форме". Она задается вопросом, в чем дело. В это время у нее может не быть настоящей боли, просто сознание того, что "она уже не та, что раньше". Работа кажется ей более тяжелой и утомительной, она беспокоится без причины, начинает день с меньшей энергией и амбициями, чем раньше, ее настроение более неровное, более раздражительное, она легче устает и охотнее уходит на пенсию раньше, чем раньше. Через некоторое время у нее появляются более или менее неопределенные боли. Это может быть периодическая головная боль, боль в спине или различные сильные невралгические боли. Она становится нервной и угрюмой, у нее плохой аппетит, ее мучают запоры. Чуть позже, когда общее состояние ухудшается, больше всего страдает нервная система. Она переходит в неврастение, у нее бывают приступы плача и периоды меланхолии. Она становится более раздражительной, более нетерпеливой, более недовольной собой, своей семьей и друзьями. Она теряет веру в себя, в будущее и даже в религию и может задуматься о самоуничтожении.

В мире тысячи и тысячи таких женщин, и жаль, что многие из них - матери. Конечно, само собой разумеется, что эти женщины должны быть неудачниками как эффективные факторы во многих отношениях.

НЕВРОПАТИЧЕСКАЯ РОДОСЛОВНАЯ [С]



При первом взгляде на диаграмму может показаться, что Дэниел - случайный представитель слабоумных. Однако его предки были явно невропатомы. Наличие в семье апоплексии, паралича, алкоголизма должно насторожить, поскольку они могут повлиять на нервную систему потомства.



Родители должны тщательно проверять мужчину, который "вел быстрый образ жизни", прежде чем позволить ему жениться на своей дочери. Мир был бы потрясен, если бы узнал, как много мужчин с болезнями вступают в супружеские отношения. У отца Давида был сифилис. Слабоумие Дэвида, вероятно, было лишь одним из ужасных результатов.

[C] "Feeble-mindedness; Its Causes and Consequences," Goddard, The Macmillan Company.

БОЛЬНЫЕ ЖЕНЩИНЫ НЕЭФФЕКТИВНЫ

Прежде всего, как домашние хозяйки. Ни от одной женщины нельзя ожидать успешного ведения домашнего хозяйства, если она не обладает достаточной степенью хорошего здоровья. Дом, за которым неэффективно следят, - это инструмент зла. Он порождает раздоры и недовольство, в нем нет того духа, который необходим для развития доброго товарищества и способствует гармонии.

Как жена... Большинство мужчин возмущает бремя, неудобства и расходы, связанные с больной женой, какими бы благими намерениями они ни руководствовались. Мужчины прокляты неспособностью понять любую нервозность жены. Необъяснимые для него симптомы он приписывает злему воображению или дурному нраву. Он считает, что ему навязывают чужое мнение, и начинает возмущаться. Многие дома становятся постоянно несчастными и несчастливыми из-за неспособности понять истинный источник проблемы и применить лекарство. Будучи неэффективной домашней хозяйкой, жена не в состоянии выполнять свою роль домохозяйки. Домашняя атмосфера разрушается, муж ищет утешения и общения в другом месте. Его работоспособность снижается, а способность зарабатывать мешает.

Как мать - Каждый, кто знаком со строгими обязанностями и ответственностью материнства, может хорошо оценить, что нормальное здоровье является необходимым условием для его успешного осуществления. Успех материнства зависит от правильного проявления множества разнообразных качеств, а те, в свою очередь, в первую очередь зависят от достаточной степени физической подготовки, иначе непременно последует неудача. Поэтому женщина не может выполнять свою функцию материнства, если она неврастеник.

Поскольку доказано, что возрождение расы зависит от наличия психически и физически здоровых матерей, любое состояние, которое мешает этому стандарту, противоречит евгеническим требованиям. Дети, отправленные на свет физически или морально неполноценными, являются факторами, наносящими ущерб интересам общества и

собственному прогрессу и процветанию. Таким образом, мать, ставшая недееспособной из-за болезни, представляет угрозу для дома и евгенических обещаний.

Немногие больные женщины беременеют. - Природа, к счастью, кажется, понимает истинное положение вещей, потому что немногие из этих женщин беременеют. Это заставляет задуматься о причине или причинах, лежащих в основе этой прискорбной ситуации.

Виноваты ли женщины в этих недугах?

Большинство замужних женщин, чье здоровье подорвано каким-либо заболеванием, свойственным их полу, связывают начало своих страданий с родами или преждевременными родами. Значительное большинство женщин, чье здоровье пострадало из-за "женской слабости", страдают от смещения или неправильного расположения внутренних органов, а поскольку это состояние чаще всего является продуктом материнства, то, казалось бы, есть некоторые основания полагать, что подорванное здоровье является результатом законного физиологического акта, а значит, естественным явлением. Однако это не совсем так. Смещение ни при каких обстоятельствах не является естественным процессом. Оно является следствием причин, которых можно избежать. Большинство из них - это наказания, наложенные природой за нарушение ее законов. Мы не будем рассматривать те причины, которые берут свое начало в неправильной манере одеваться или вести себя в годы, предшествующие материнству. Таких случаев много, но они слишком малочисленны, чтобы рассматривать их в данный момент. Однако они достаточно часты, чтобы напомнить матерям, что всегда следует внимательно следить за наклонностями и поведением своих дочерей.

Главная причина женских болезней Когда женщина родила ребенка, ее матка начинает сокращаться и через очень короткий промежуток времени возвращается в свое нормальное положение, если этому процессу ничто не мешает. Природа будет делать то, что нужно, если позволить ей действовать по-своему. В другой части этой книги я объяснил, почему недавно забеременевшей матке требуется время, чтобы сократиться до нормального размера. От 600-процентного увеличения объема необходимо избавиться путем всасывания. На это требуется время, и природу нельзя торопить, не "рискуя". Именно здесь и кроется та самая "причина", которую мы искали. Женщины действительно рискуют.

Каждая женщина должна оставаться в постели как минимум три недели после родов и еще три недели восстанавливать силы, прежде чем приступать к выполнению домашних обязанностей. Это разумное предложение, если принять во внимание реальную ситуацию. Предстоит огромная перестройка, и ускорить этот процесс невозможно. Однако есть способ помочь природе и предотвратить ошибки. Этот способ заключается в том, чтобы оставаться в постели достаточно долгое время, чтобы обеспечить правильное сокращение матки. Пока связки и мышцы еще расслаблены, не предпринимайте никаких мышечных усилий, которые могут привести к их перегрузке или перенапряжению, - это состояние благоприятствует смещению, поскольку ослабляет поддержку матки. Женщина не может понять, почему она должна оставаться в постели, когда чувствует себя достаточно хорошо, чтобы встать. Однако несправедливо порицать пол по этому поводу. Я убежден, что вина лежит на медиках, которые не находят времени, чтобы объяснить на понятном женщине языке важные причины, по которым они должны оставаться в постели дольше, несмотря на то что чувствуют себя хорошо.

Существование среднестатистической матери. - Рассматривая эту тему, необходимо серьезно задуматься о домашних и финансовых обстоятельствах тысяч и тысяч

среднестатистических матерей. Каждый наблюдательный, думающий человек знает, что существование среднестатистической матери - это в большей или меньшей степени бесконечная трагедия. Физически, психически и духовно они являются жертвами непреложных экономических и социальных условий. Из-за невежества они вынуждены вести антисанитарное и негигиеничное существование. Заботы о доме и детях, а может быть, и неоценимое и невнимательное внимание нерадивого и злопамятного мужа добавляют к этим побочным заботам, расшатывающим нервы и настроение, обычную рутину безрадостной, беспросветной жизни. Добавьте к этому огромную нагрузку на ее жизненные силы, связанную с частым вынашиванием ребенка, и мы получим картину, с которой знаком каждый врач.

Может ли такая женщина соблюдать основные правила гигиены беременности? Есть ли у нее время и средства, чтобы накопить резерв энергии и сил для грамотного выполнения обязанностей материнства? Готова ли она физически к рождению ребенка? Сможет ли она выделить время, чтобы позволить природе внести свою лепту в физическую перестройку? Может ли она позволить себе или ей позволят оставаться в постели достаточно долго, чтобы условия были благоприятными для того, чтобы встать, не "рискуя"? Поскольку ее мышечный тонус слаб, ее силы истощены, ее жизненная энергия растрочена, ее амбиции и надежды на низком уровне, природа должна дать ей больше времени, при самых благоприятных гигиенических и бытовых условиях, чтобы помочь в решении проблемы перенастройки, потому что все ее будущее, как эффективной машины, как жены, как матери, как домохозяйки и как экономической индивидуальности, зависит от того, как будет преодолен этот кризис. Это самая важная проблема, которая стоит перед просвещенной цивилизацией. Это высшая задача евгеники, и это самый насущный и самый жизненно важный вопрос, который должны решить государственные деятели. Никто не может отрицать, что постоянство государства зависит от функции материнства, однако материнство осуществляется неквалифицированным трудом - трудом, качество которого не потерпит ни один бизнес. Мы также знаем, что здоровье работника стало экономической проблемой. Капитал считает, что труд более качественный и, следовательно, более выгодный во всех смыслах, если окружающая среда благоприятствует счастью и здоровью. Однако материнство, самый важный труд в мире, от которого зависит само существование государства, не только выполняется неквалифицированным трудом, но и осуществляется физически неподготовленными и часто не желающими работать людьми, в условиях, которые являются позором для цивилизации и не могут быть повторены во всем грубом мире. Это и есть качество труда, продукты которого составляют государство.

Если кто-то склонен считать, что эта картина слишком размыта, пусть изучит факты, приведенные в недавнем расследовании патентной медицины. Выяснилось, что в одной маленькой, неважной, шарлатанской медицинской компании в одно время (в тот день, когда правительство закрыло ее) лечилось 200 000 женщин, страдающих исключительно женскими болезнями. Сколько подобных случаев должно быть, чтобы поддержать крупные рекламные концерны, чьи щупальца дотягиваются до самых отдаленных уголков страны и которые ограничивают свою деятельность и обслуживают только "женские болезни". Пусть он также задумается над тем, что ни одна специальность во всей области законной медицинской практики не развивается такими огромными темпами и не приносит такого дохода рядовому врачу, как отделение "женских болезней".

Женские болезни можно избежать. - Если, как утверждается, подавляющее большинство этих недугов связано с причинами, которых можно избежать, то каково же средство? Одним словом - "Просвещение". Мы должны просвещать обычную мать, которая так занята своими

ванночками и детьми, что у нее нет времени искать информацию о предмете, о существовании которого она даже не подозревает, которая даже не знает, как кормить своего ребенка так же хорошо, как самая захудалая кошка кормит своего котенка, которая не знает, что такое евгеника, и интересуется ею еще меньше. Мы должны перестать ограничиваться теоретизированием в клубах и обществах. Мы должны нести эту весть к кострам тех сотен тысяч женщин, которые хотели бы слушать и действовать, но не знают, что делать и как исправить свои недостатки.

Есть еще одна особенность этой темы, о которой следует напомнить в этой связи. Она уже была подробно рассмотрена в статье о евгенике. Есть много тысяч женщин, которые вынуждены вести борьбу за жизнь, которым привита несправедливая болезнь, лишаящая их сил и жизненной энергии, которую они не ценят и не понимают. Мужья невольно заражают жен, разрушают их конституцию, уничтожают надежду на рождение ребенка, а затем осыпают их оскорблениями за неспособность, за которую они сами несут прямую ответственность. Многие дома осквернены таким образом, а истинный виновник никогда не подозревается. У многих женщин, начинающих свою супружескую жизнь в самых благоприятных условиях с точки зрения физической подготовки или темперамента, здоровье, счастье и успех оказываются полностью разрушенными, и после жалкого, убогого существования их надежда на материнство навсегда исчезает на операционном столе. История "жены" никогда не была рассказана. Это Божья загадка.

Женщины, которые не хотят детей... Иногда в этом виновата сама женщина. Многие молодые жены начинают супружескую жизнь с намерением не заводить ребенка в течение года или двух. Они не хотят слишком рано связывать себя узами брака. Они сами хотят немного развлечься. Они готовы стать законной любовницей мужчины, но не хотят брать на себя ответственность за супружескую жизнь. Трудно понять этику такой морали. Я всегда считал, что эти молодые жены просто не понимают, что делают. Либо их образование или здравый смысл плачевно недостаточны, либо, что еще хуже, их мать была не той женщиной. Если эти несчастные молодые жены не заботятся о воспитании доброй совести, они должны хотя бы немного заботиться о своем здоровье. С чисто эгоистической точки зрения, с точки зрения эффективности и успеха, можно предположить, что эти женщины не захотят рисковать всем своим будущим физическим благополучием ради шанса на иммунитет, а шанс этот невелик.

Злоупотребление детородной функцией. - Для осуществления этой программы используются различные средства. Во многих известных мне случаях жена заставляла мужа носить приспособления, которые делали зачатие невозможным. Это крайне предосудительная процедура. Если это будет продолжаться сколько-нибудь долго, это серьезно повлияет на нервную систему и общее состояние здоровья мужа, так как этот акт является просто формой насилия над собой. Любой муж, который терпит такое навязывание, начинает супружескую жизнь неправильно. Он дорого заплатит за свое самодовольство. Любая женщина, которая предлагает или соглашается на подобное, - моральная дегенератка и абсолютно недостойна когда-либо стать матерью.

Некоторые женщины покупают дорогие и фантастические шприцы и начинают обрабатывать себя сильными антисептическими растворами. В результате они убивают чувствительность конечных нервов и лишают себя удовольствия, которым мудрое Провидение наделило детородный акт. Если элемент сексуальной некомпетентности входит в дом молодой пары, это начало конца, и каждая глава этой истории будет еще худшим адом, чем та, что только что закончилась. Мудрый муж позаботится о том, чтобы в его семье не терпели и не начинали.

Если беременность невольно наступит, они без колебаний прибегнут к радикальным средствам, чтобы "привести себя в порядок". Они приобретут какой-нибудь рецепт, который, возможно, уже успел стать "чудом", но, к счастью, всегда не срабатывает, когда он больше всего нужен. Таким образом, они подвергают свой организм шоковому воздействию сильных лекарств и закладывают для себя в будущем неисчислимые беды. Если эти средства не помогают, они идут к "знакомой женщине", которая "приводит их в чувство". Если бы эти молодые жены только знали, что делают, их ни за какие деньги нельзя было бы купить, чтобы они согласились на такие хирургические трагедии. Наименее вероятным результатом будет то, что, когда придет время и сложатся благоприятные обстоятельства, чтобы завести ребенка, и когда это будет их самое заветное желание - стать матерью, они обнаружат, что больше не способны к зачатию. Многие дома остались бездетными именно таким образом. Нельзя нарушить законы природы и не понести за это наказание, и обычно это печальная расплата.

Что делать женщине с женскими болезнями... Тем женам, которые страдают от "женской слабости" или имеют слабое здоровье без видимых или известных причин, я настоятельно советую посетить семейного врача или специалиста по женским болезням. Расскажите ему о своем самочувствии и пройдите тщательный осмотр. Большинство женских болезней легко поддаются лечению, и при правильном подходе все симптомы, делавшие жизнь несчастной, исчезнут. Однако можно с полной уверенностью заявить, что ни одно средство из рекламы или патентованное лекарство, когда-либо созданное, ни в коей мере не вылечит ни один из этих недугов. Каждый цент, вложенный в любой из этих нострумов, - деньги, потраченные впустую. Лекарства, принимаемые через рот, никогда не нужны для того, чтобы вылечить реальный недуг. Врач, несомненно, пропишет вам тонизирующее средство для улучшения общего состояния организма. Но даже оно не поможет, если не устранить причину плохого самочувствия, а это требует обследования и специального местного лечения. Утверждение любого рекламного концерна, что он может определить, что с пациентом, просто заполнив бланк с симптомами, - полная чушь. Это еще хуже. Это получение денег под ложным предлогом, и оно должно караться лишением свободы на каторжные работы на длительный срок.

РАК У ЖЕНЩИН

Упомянув об этом заболевании, я хочу обратить внимание женщин на его симптомы.

В настоящее время единственным средством от рака является нож. Если болезнь можно достать, ее можно вылечить, если взяться за нее на ранней стадии.

У женщин рак чаще всего возникает в груди и в матке.

Рак груди. Из всех опухолей, поражающих грудь, рак - самая частая. Любая опухоль в груди женщины сорока лет и старше с большой вероятностью является раковой. Опухоль (или шишка), которая оставалась небольшой в течение многих лет, а затем начала быстро расти, изменила свой тип и стала раковой. Многие опухоли меняются таким образом во время "перемен в жизни". Любая опухоль молочной железы в любом возрасте, которая остается, несмотря на усилия по ее удалению, должна быть удалена с помощью операции. Врач не имеет права уверять женщину, что уплотнение в груди безвредно. Ее необходимо вскрыть и исследовать, чтобы положительно определить ее характер. Ранняя операция по удалению опухолей груди значительно снизила процент смертности от рака.

Рак матки. Периодические небольшие кровотечения, становящиеся все более частыми, а затем более обильными и обильными, являются одним из первых симптомов рака матки.

Между кровотечениями появляются выделения, напоминающие воду для мытья посуды. Эти выделения имеют неприятный запах. Боль, как правило, является поздним симптомом. Иногда сильная боль, отдающая в бедро или живот, является ранним симптомом, но это бывает очень редко. Каждая женщина старше тридцати лет, у которой наблюдается постоянная лейкоррея или любое нарушение менструальной функции, должна быть обследована на предмет рака.

Что каждая женщина должна знать о раке. Поскольку рак излечим, если его обнаружить на ранней стадии, каждая женщина должна принять меры, чтобы обезопасить себя.

Если рак не лечить на ранней стадии, то это верная смерть. На сайте умирает очень большое количество людей, которых можно было бы спасти.

Каждое уплотнение в груди должно быть положительно диагностировано путем разреза и осмотра. Было бы безопаснее удалять каждую опухоль груди на ранней стадии.

Любые выделения из интимных мест женщины, имеющие неприятный или дурной запах, подозрительны; нерегулярные кровотечения более чем подозрительны. Любая женщина с такими симптомами должна быть осмотрена компетентным врачом. Каждая женщина старше тридцати пяти лет должна проходить осмотр у врача каждые шесть месяцев. Ни одна женщина не должна вступать в новую жизнь без тщательного обследования. Рак - это болезнь, которая не позволяет "рисковать". Гораздо лучше быть уверенным, что болезнь излечима, если ее поймать на ранней стадии, чем узнать о ней слишком поздно, потому что "слишком поздно" означает смерть.

"ИЗМЕНЕНИЕ ЖИЗНИ". МЕНОПАУЗА

Средний период жизни, в течение которого у женщины идут менструации, составляет от тридцати до тридцати двух лет. Когда этот период подходит к концу, она вступает в так называемую "перемену жизни", или менопаузу, или климакс.

Средний возраст, в котором наступает "перемена жизни", в нашей стране - около сорока шести лет. Однако обычно это может произойти в любое время между сороковым и пятидесятым годом. Известны случаи, когда это происходило раньше сорокового и позже пятидесятого года. Если менструации у девушки начинаются рано, то менопауза наступает поздно. С другой стороны, если у девушки нет регулярных месячных до более старшего возраста, примерно до восемнадцати или двадцати лет, то "перемена жизни" наступает в очень раннем возрасте. Женщины, ставшие жертвами некоторых истощающих заболеваний, таких как чахотка, почечная болезнь Брайта, диабет, или те, чье здоровье оставляет желать лучшего из-за общей физической слабости по любой причине, или те, кто имел большое количество детей в быстрой последовательности, вступают в "перемену жизни" раньше, чем они могли бы, если бы их здоровье было хорошим. У женщин с избыточным весом менопауза наступает в раннем возрасте. С другой стороны, болезни генеративных органов или наличие опухолей матки могут замедлить этот процесс. У женщин, ведущих более высокий образ жизни, живущих в городах и не занимающихся физическим трудом, этот период наступает раньше, чем у тех, кто живет в деревне, кто работает и физически более здоров.

Симптомы "перемен в жизни". Когда наступает менопауза, месячные становятся менее обильными и скудными. По мере того как проходят месяцы, менструации становятся все реже и реже, пока не прекращаются совсем. В некоторых случаях она прекращается внезапно и больше не появляется. Иногда менструация пропадает совсем или проходит несколько периодов без каких-либо признаков менструации, после чего она может

появиться вновь либо в виде скудных, либо в виде обильных выделений. В течение нескольких месяцев менструация может быть нерегулярной, а затем полностью прекратиться.

Это могут быть единственные симптомы или признаки "перемены жизни", и это нормальное состояние, если здоровье в порядке. Однако нельзя сказать, что это среднестатистический опыт. К сожалению, современные женщины не ведут образ жизни, способствующий крепкому здоровью в этот период жизни. Как правило, общее состояние здоровья ниже нормы. Поэтому они страдают от головной боли, "приливов", расстройств пищеварения и многих нервных симптомов, которые, похоже, напрямую вызваны процессом, через который они проходят. Приливы - это неприятные ощущения. Они заключаются в ощущении жара, распространяющегося по всему телу, как будто кровь приливает к поверхности и к голове. За этими приливами следуют потливость и ощущение холода. Нервные симптомы могут быть весьма выраженными. Женщина теряет интерес к повседневным событиям. У нее могут быть психические капризы, она раздражительна и часто меланхолична, могут возникать периоды кажущегося безумия.

Важность правильного диагноза. Ошибочно приписывать все симптомы, возникающие у женщины в этот период жизни, менопаузе. В это время у нее могут развиваться такие же состояния, как и в любом другом возрасте, и они не имеют никакого отношения к "переменам в жизни". Поэтому каждый симптом должен быть тщательно изучен, потому что серьезные заболевания могут осложнить менопаузу, а если их приписать ей и проигнорировать, могут закончиться плачевно.

Во время "перемены жизни" генеративные органы становятся меньше или, как это еще называют, "высыхают". Грудь также вовлекается в процесс уменьшения. Отложение жира, дряблость - обычное явление для женщин в этом возрасте.

Важно, чтобы женщины были знакомы с обычными симптомами "перемен в жизни", чтобы постоянно быть начеку и не допускать возникновения состояний, которые могут свидетельствовать об опасности. Медицинские исследования убедительно доказали, что многие женщины лишились жизни из-за того, что считали наличие определенных симптомов характерным для "перемены жизни". В это время существует тенденция к заболеваниям, которую необходимо разумно учитывать, и если женщины не будут обращать внимание на необычные признаки или симптомы, они могут пренебречь ими или проигнорировать их, а затем слишком поздно обнаружить, что эти признаки и симптомы не были частью "перемены жизни".

Опасные сигналы перемены жизни Существуют определенные "сигналы опасности", которые должны предупредить каждую женщину о том, что что-то не так.

- (1) Обильное кровотечение во время процесса "перемен".
- (2) Кровотечение между обычными менструальными периодами.
- (3) Повторное появление небольших кровотечений или кровоизлияний после того, как менструации прекратились на несколько месяцев.

Эти симптомы всегда указывают на наличие заболеваний, которых не должно быть. Они могут указывать на рак или какое-то менее серьезное заболевание, которое можно вылечить с помощью быстрого и эффективного лечения. Поскольку они могут означать начало рака, - как объясняется в предыдущей главе о раке, которую следует прочитать в этой связи, - необходимо немедленно принять меры для выяснения реальных фактов. Промедление

означает смерть, если это рак, в то время как последние статистические данные показывают, что во многих случаях возможно полное излечение, если хирург возьмется за дело на ранней стадии.

Поведение во время "перемен в жизни". Когда женщина вступает в период "перемен в жизни", она приближается к кризису, который требует самого добросовестного внимания с ее стороны и самого искреннего внимания со стороны окружающих. Она достигла того периода жизни, когда она что-то должна себе, и если она мудра, то охотно заплатит этот долг. Если у нее не все в порядке со здоровьем, она должна приложить все усилия для его скорейшего восстановления, даже если для этого придется прибегнуть к радикальным мерам. Ничто не будет способствовать ее душевному и физическому комфорту больше, чем крепкое здоровье в этот период.

Она должна использовать все гигиенические меры, которые, как показывает опыт, способствуют нашему благополучию. Она должна как можно больше времени проводить на свежем воздухе, делая достаточные физические упражнения, чтобы поддерживать мышцы и функции организма в хорошем состоянии. Если она не может заниматься физическими упражнениями в достаточном объеме, ей следует сидеть вне дома, одеваясь по сезону, а недостаток упражнений она должна восполнять с помощью грамотного массажиста. Тщательного массажа два раза в неделю вполне достаточно. Если врач рекомендует периодически принимать турецкую баню, это будет полезно, так как поможет коже избавиться от избытка отработанных веществ, которые могут циркулировать в крови.

Домашняя обстановка для таких женщин должна быть благоприятной, и они должны быть избавлены от работы и забот, связанных с домашней жизнью. Нервное состояние требует такого внимания, и муж должен позаботиться о том, чтобы жене, которая трудилась, чтобы помочь ему в течение всех долгих лет супружеской жизни, была оказана вся возможная помощь в самый трудный и важный период ее жизни. Однако это не означает, что она должна быть оставлена без дела. Можно заниматься полезной работой, которая будет занимать ее время и внимание, не перегружая ее силы и не расшатывая нервы. Определенная доля развлечений желательна и помогает пережить периоды, которые могут затянуться и способствовать самоанализу и беспокойству. Полная смена обстановки и окружения. Поездка на берег моря или в горы заслуживает одобрения.

В этот период диета должна быть простой, а кишечник следует регулярно открывать. Поскольку эти пациенты часто страдают от расстройств пищеварения, разумно воздержаться от тех продуктов, которые обычно вызывают несварение желудка. К ним относятся: сладкие блюда, пироги, пирожные, конфеты, свежий хлеб, жареная пища, сахар, а также приправы и дополнения к ним, которые составляют основу стола. Мясо никогда не должно в избытке, алкоголь и все стимуляторы должны быть исключены. Воду можно употреблять с пользой.

ЗЛО ПАТЕНТОВАННОЙ МЕДИЦИНЫ

ГЛАВА XXX

ЗЛО ПАТЕНТНОЙ МЕДИЦИНЫ

Что матери должны знать о зле патентованной медицины - тоники, которые использовали люди, придерживающиеся умеренности, потому что они могли "стимулировать" - желудочные горечи - горечи крови - сассапариль - сельдерей - солодовый виски - средства от головной боли - порошки от боли - порошки против головной боли - порошки от головной боли - успокаивающие сиропы - друзья ребенка - порошки катара - почечные таблетки - отхаркивающее средство - сироп от кашля - литиевая вода - здоровье, Богатство и счастье по доллару за бутылку-Новое открытие для потребления-Консуммированное лекарство-Лечение рака-Таблетки для бледных людей-Эликсир жизни.

ЧТО МАТЕРИ ДОЛЖНЫ ЗНАТЬ О ЗЛЕ ПАТЕНТНОЙ МЕДИЦИНЫ

За последние несколько лет было много написано о зле патентной медицины. Был начат и эффективно проведен один очень тщательный крестовый поход, разоблачающий зло патентного лекарственного бизнеса. Все действующие на сегодняшний день законы, целью которых является регулирование этого зла, в значительной степени являются результатом этого крестового похода. Несмотря на все эти усилия, фактом является то, что почти никто из подавляющего большинства людей, которые должны интересоваться этой темой, поскольку они являются ее жертвами, не имеет представления о природе и масштабах этого зла и не осознает его далеко идущего и пагубного влияния. По двум причинам я считаю особенно уместным, чтобы эта тема получила адекватное рассмотрение в данной книге: - Во-первых, потому что матери должны рассказать об этом.

Во-первых, потому что матери должны знать всю правду обо всех условиях, которые хоть как-то влияют на здоровье членов семьи.

Во-вторых, потому что, хотя мы и являемся жертвами многих зол и многих форм "прививок", которые прямо или косвенно влияют на наши карманы и нашу мораль, мы подчиняемся им, потому что они не имеют никакого отношения к физическому благополучию расы. Однако как матери, как хранительницы здоровья семьи и дома, мы прямо и справедливо заинтересованы в зле, которое так же сильно влияет на здоровье и работоспособность членов семьи, как и зло патентованной медицины. Именно через матерей расы этот враг дома должен быть окончательно и бесповоротно повержен. Если бы каждую мать в стране можно было научить понимать хотя бы часть истины о коварном зле, скрытом под маской рекламы нострумов, мы стали бы свидетелями праведного негодования, которое может быть удовлетворено только законодательным принятием, навсегда уничтожающим весь этот позорный бизнес. Никакие спазматические или локальные усилия не принесут успеха в борьбе с этим врагом общества. Его сила - это люди, которых он обманывает и презирает, потому что они поставляют деньги, с помощью которых комбинат патентной медицины ведет свои сражения.

Подсчитано, что ежегодно в Соединенных Штатах Америки на патентованные лекарства и поддельные медицинские препараты тратится триста миллионов долларов. Триста миллионов долларов, получаемых ежегодно обманом, в основном от бедных, - это, безусловно, тема, заслуживающая честного и внимательного рассмотрения.

Закон о чистых продуктах питания и лекарствах заставил производителей патентованных лекарств публиковать формулы своих средств на этикетках. Это большой шаг в правильном направлении. Многие государства так или иначе способствовали пропаганде, но многое еще предстоит сделать. Когда потребовали формулы, выяснилось, что все нострумы принадлежат к определенному классу. Например, выяснилось, что успокаивающие сиропы, которыми кормят младенцев, все содержат опиум в той или иной форме или не менее опасный наркотик. Опасными оказались и средства от головной боли, каждое из которых содержало ингредиенты, серьезно влияющие на сердце. Так называемые тоники были обязаны своим главным достоинством стимулирующему эффекту, который был обусловлен содержащимся в них алкоголем, который во многих случаях практически равнялся обычному виски по качеству, количеству и действию.

Было авторитетно заявлено, что в этой стране в патентованных лекарствах потребляется больше алкоголя, чем отпускается легальным способом лицензированными продавцами спиртных напитков, за исключением продажи эля и пива.

Многие так называемые лекарства, как выяснилось, не содержат абсолютно никаких лекарственных веществ. Это был просто сахар, или крахмал, или какое-нибудь безвредное вещество. Но их продавали, чтобы вылечить все - от болезней почек до рака. Это было поразительное открытие, и в какой-то мере оно показало, как далеко пойдут люди ради достижения финансового успеха.

Известный тоник на момент исследования был одним из самых известных патентованных нострумов в стране. Фактическая стоимость, включая бутылку, этикетку, содержимое и упаковку, составляет от пятнадцати до восемнадцати центов. В аптеке он стоит 1,00 доллара за бутылку. В его состав входят спирт, вода, щепотка жженого сахара для окраски и половина одного процента мягких лекарств. Утверждалось, что он излечивает все или любые болезни, перечисленные в книге, а этот список включает практически все недуги человека. Вполне справедливо утверждать, что этот тоник, хотя и рекламировался как лекарство, был востребован в качестве стимулятора и интоксиканта, как и знаменитый солодовый виски в наши дни. Имеются многочисленные свидетельства, показывающие, что он использовался в огромных количествах в качестве стимулятора, точно так же, как и обычный виски. Доза любого лекарства, как правило, редко превышает столовую ложку три-четыре раза в день. Среднестатистический человек может предположить, что увеличение дозы со столовой ложки до содержимого бутылки большого размера сопряжено с определенным риском. Риск заключался лишь в том, что пациент получал более глубокий и, возможно, более приятный "яг". В "безлицензионных" городах этот тоник закупался аптекарями огромными партиями и использовался исключительно из-за своих опьяняющих свойств. На юге Огайо и в горных районах Западной Вирджинии "ягуар" был стандартной формой опьянения. Во многих южных газетах регулярно появлялись объявления о лечении от "привычки -", вызванной употреблением этого препарата, - и, несомненно, лекарство заключалось в более сильном проценте спиртного, так как эта схема часто работала, чтобы переманить пациентов с одного средства на другое.

Следующее сообщение было разослано Министерством внутренних дел в результате тревожных сообщений, которые регулярно поступали в Вашингтон о распространении пьянства среди индейцев, несмотря на то, что в этих правительственных резервациях "спиртное не продавалось". Дело было в том, что индейцы открыли для себя это приятное тонизирующее средство.

МИНИСТЕРСТВО ВНУТРЕННИХ ДЕЛ

Управление по делам индейцев.

Вашингтон, округ Колумбия.

Индейским агентам и школьным суперинтендантам, возглавляющим агентства:

В связи с этим расследованием, пожалуйста, обратите особое внимание на патентованные лекарства и другие составы, которые торговцы держат на складе, с особым учетом ответственности за их неправильное использование индейцами из-за содержащегося в них алкоголя. Продажа --, который находится в списках нескольких торговцев, настоящим категорически запрещается. Как лекарство, его можно заменить чем-нибудь другим; как интоксикант, он оказался слишком соблазнительным и эффективным.....

Мистер С. Х. Адамс в книге "Великое американское мошенничество" пишет следующее: "Другая причина, по которой этот или какой-либо другой напиток этого класса часто становится причиной пьянства вместо виски, заключается в том, что пьющий его не хочет напиваться, по крайней мере, он не знает, что хочет напиться. Я использую местоимение женского рода, потому что средства этого класса в основном поддерживаются женщинами. Популярность некоторых других известных патентованных лекарств зависит в основном от содержания в них алкоголя. Одно средство из сельдерея избавляет от депрессии и недостатка жизненных сил по тому же принципу, что и коктейль, и с той же необходимостью повторения. Я знаю одну уважаемую леди со Среднего Запада, которая навещала своего рассеянного брата в Нью-Йорке - рассеянного, с ее точки зрения, потому что она была столпом W. C. T. U., а он часто принимал коктейль перед ужином и возвращался с этим запахом изо рта, и тогда она рыдала над ним, как над потерявшим надежду человеком. Однажды, в порыве жестокого отчаяния, когда он еще не выпил и мог уловить аромат ее горя, он набросился на нее: "Я скажу вам, что с вами, - сказал он, - вы пьяны, пьяны в стельку!

"Она быстро и правильно впала в истерику. Присутствовавший при этом врач поставил диагноз более вежливо, но с тем же результатом, и выяснил, что днем она выпила что-то вроде половины бутылки некоего болотного корня. Болотный корень - весьма достойная "выпивка", но гораздо слабее по содержанию спирта, чем большинство других растений этого класса. Брат был очень весел, пока, к своему ужасу, не обнаружил, что его ненавидящая выпивку сестра не может обойтись без своей патентованной бутылочки с лекарством! Она была на пути к тому, чтобы стать пьяницей, причем совершенно безвинно".

Другая знаменитая желудочная горечь содержала, согласно официальному государственному анализу, 44 процента алкоголя; другая смесь содержала 20 процентов алкоголя; определенная кровяная горечь содержала 25 процентов алкоголя; сарсапарилла - 26 процентов; соединение сельдерея - 21 процент; солодовое виски относится к этому классу и является особенно отвратительным мошенничеством, поскольку выдает себя за лекарство и облегчает все виды легочных и горловых заболеваний. Его особенно любят сторонники умеренности, потому что таким образом они получают свой "гrog" под видом лекарства. Во многих местах его продают через бар в салунах по 15 центов за стакан, как и многие другие марки ржаного и бурбонского виски.

Подумайте о лечении любого заболевания желудка с помощью знаменитых желудочных горечей, содержащих 44 процента алкоголя, - всего на 6 процентов меньше, чем в обычной бутылке виски. Тем не менее все эти патентованные лекарства принесли своим владельцам состояние, а некоторые из них - миллионы за несколько лет.

Несколько лет назад одна компания с острым видением прибыли придумала разливать воду Великих озер в бутылки и продавать ее почти по ценам шампанского. Когда "лекарство"

поступало к фармацевту, оно на 99 процентов состояло из воды, а на 1 процент - из нескольких капель инертной кислоты, которая использовалась просто для придания легкого терпкого вкуса. Препарат не имел абсолютно никакой медицинской пользы.

Началась одна из величайших рекламных кампаний, когда-либо проводившихся в интересах патентованного лекарства, и в этих рекламных объявлениях утверждалось, что оно может вылечить

Астма,
Бронхит,
кашель, простуду,
Рак,
диспепсию,
Лихорадки,
Сенная лихорадка,
Лейкорей,
Пилес, Квинке,
Кожные заболевания,
Проблемы с горлом,
Абсцесс,
Яд крови,
Потребление,
катар,
Перхоть,
Желчные камни,
Грипп,
Малярия,
Ревматизм,
Туберкулез,
Анемия,
Проблемы с кишечником,
Заразные болезни,
Дизентерия, диарея,
Экзема, Эризипелас,
Зоб, Подагра,
Грипп,
Невралгия,
золотуха,
Опухоли, Язвы,

все болезни, начинающиеся с лихорадки, воспаления, все катары, все заразные болезни, все результаты нечистой или отравленной крови. "При нервных заболеваниях это средство действует как витализатор, совершая то, что не могут сделать никакие лекарства". Это точные слова из рекламы. Должен быть более сильный витализатор, чем вода из Великих озер, чтобы заставить кого-либо поверить в такую историю; и все же эта компания достигла поразительного успеха и без труда получила тысячи отзывов.

Мы, безусловно, нация одураченных, и изречение Барнума, что "публика любит, когда ее дурачат", буквально верно. В ряде случаев владельца успешного средства под присягой спрашивали, обладает ли его препарат лечебной ценностью, и он отказывался отвечать на

этот вопрос, в то время как тысячи глупых людей присылали ему незапрошенные отзывы, утверждающие его замечательные достоинства как лекарства при всевозможных заболеваниях. Некоторые из этих невежд действительно верят в то, что пишут, но большинство из них пишут, "чтобы увидеть свое имя в газете", а многим из них за это платят.

В литературе, которую эта компания рассылала по всей стране, говорилось, что их средство - это действительно жидкий кислород. Ближе к истине было бы утверждение, что Луна сделана из зеленого сыра. Первое утверждение можно опровергнуть, второе - с научной точностью. Жидкого кислорода практически не существует. Если предположить, что его можно достать в чайных ложках, и допустить, что какой-нибудь отважный человек попытается принять дозу, он никогда не проглотит ее по той причине, что она заморозит его зубы, язык, рот и горло, так что они будут бесполезны для него до конца его жизни. Если же каким-то чудом его удастся проглотить, то гробовщику придется оттаивать его на плите, чтобы обеспечить ему достойное погребение. Мы можем быть уверены, что нострум не был жидким кислородом. Тем не менее, это очень хороший пример той глупой лжи, которую используют все эти продавцы нострумов, - они преследуют цель и обращаются только к невеждам. Мне сообщили, что директора этой компании решили уйти на пенсию обычными миллионерами, а не рисковать возможностью развития нервной прострации, и в этом случае они могли бы счесть нелояльным не принять свое собственное лекарство.

Средства от головной боли. - Большинство средств от головной боли опасны. К ним относятся: апельсиновые порошки, бромопорошки, порошки от боли, порошки от головной боли, средства против головной боли и практически все порошки или средства от головной боли, продающиеся в аптеках.

Зарегистрировано множество смертей от использования апельсиновых порошков и других средств. Существует множество примеров того, что может сделать неразумный человек с маленькими беспомощными детьми.

Апельсиновые порошки рекомендовались для лечения астмы, желчи, головной боли, простуды, катара, скрежета, диареи, сенной лихорадки, бессонницы, невралгии, морской болезни и радикулита. От ряда этих болезней не существует известных лекарств, и, если не считать злонамеренного утверждения, апельсиновый порошок не вылечит ни одну из них.

Еще один опасный нострум от головной боли, широко рекламируемый по всей стране, является причиной многих смертей в результате его применения. Как уже говорилось, использовать любое из этих средств абсолютно небезопасно. Смерть от сердечной недостаточности в этой стране растет, и ее можно смело отнести на счет беспорядочного использования этих мощных и токсичных нострумов.

Успокаивающие сиропы" действуют на основе опиума. Одурманивание беспомощных младенцев уже много лет является источником прибыли для продавцов патентованных лекарств. Некий "Детский друг" - трогательное название, в котором не ожидаешь найти врага в обличье смертельного яда, - представляет собой комбинацию подслащенной воды и морфия. Эта отвратительная смесь, учитывая ее назначение, была бы достаточно плохой, если бы это было злое изобретение мужчины, ставшего безответственным из-за острой жажды кровно заработанных денег, но знать, что ее владелец - женщина, просто невыносимо. Интересно, будет ли она чувствовать себя достаточно респектабельной и прилично чистой, чтобы стоять на платформе перед аудиторией американских матерей? Думаю, нет.

Порошки от катара содержат, как правило, кокаин, один из самых коварных и опасных наркотиков. Ни один из них не лечит катар, они просто облегчают состояние на время,

нанося вред более жизненно важным частям организма. Кроме того, их употребление очень часто заставляет жертву откладывать лечение, которое могло бы принести пользу, пока не станет слишком поздно. Утверждалось, что почечные пилюли М... лечат болезнь Брайта, гравий, все проблемы с мочеиспусканием и боль в спине или паху, вызванную заболеванием почек. Анализ показал, что они состоят из обычного белого сахара. В них не было абсолютно никаких лекарств, и тем не менее они свободно продавались для лечения вышеперечисленных серьезных заболеваний. Известное отхаркивающее средство и не менее известный сироп от кашля содержат опиум и при приеме для лечения кашля представляют явную опасность.

Глупо и ненужно называть другие патентованные лекарства в списке тех, которые явно вредны и опасны для использования. Их сотни. Потребуется книга в тысячу страниц, чтобы перечислить их названия и написать данные, которые были получены против них. Каждое рекламируемое лекарство следует избегать. Я мог бы заполнить эту книгу свидетельствами о смерти тех, кто умер в результате беспорядочного использования разрекламированных нострумов. Это ужасающая статистика; к сожалению, невозможно ознакомить с фактами каждого гражданина.

Обман и искажение информации не ограничиваются патентованными лекарствами. Даже о минеральных водах говорят неправду и ложь. До принятия закона о чистых продуктах питания и лекарствах широко разрекламированная литиевая вода была признана средством для выведения мочевой кислоты благодаря содержащейся в ней литии. Тысячи, возможно, миллионы галлонов этой воды были проданы за последние двадцать лет людям, которые не могли позволить себе заплатить за нее, из-за этого утверждения, несмотря на то, что хорошо известно, что лития не устраняет мочевую кислоту, и несмотря на дополнительный важный факт, что правительственный анализ этой литиевой воды доказал, что она практически не содержит литии. Теперь она продается как "щелочное мочегонное средство". Это утверждение подкреплено фактами не лучше, чем прежнее утверждение о том, что это литиевая вода. Конечно, это мочегонное средство, потому что вода - лучшее мочегонное средство, которым мы обладаем, но любая обычная чистая вода, которая ничего не стоит, так же эффективно выполнит все то, что может сделать эта вода литии в качестве мочегонного средства.

Известно, что суждения больного человека ненадежны. По этой причине врач никогда не пытается лечить себя, когда болен, и по той же причине он не будет лечить никого из членов своей семьи. Его чувства берут верх над его суждениями, и он не может полагаться на свои решения. Нездоровый человек может под влиянием безответственного человека или умной, тонко сформулированной рекламы использовать средства, которые не только опасны сами по себе, но и совершенно не подходят для того состояния, при котором их принимают.

Довольно распространенной чертой больных людей является неразумность. Они становятся раздражительными и удрученными и, не имея возможности положиться на собственное мнение, не могут отнестись к себе с той степенью справедливости, которая необходима для душевного спокойствия и благоприятного выздоровления. Они могут отдать себя на попечение авторитетного и высококвалифицированного врача, но если в течение очень короткого периода не наблюдают явных признаков улучшения, то теряют веру в него и меняют врача. Они могут делать это несколько раз, пока, наконец, не придут к выводу, что вся медицинская профессия - это обман. Тогда они становятся законными жертвами акулы патентной медицины или фальшивомонетчика. Вероятно, девяносто девять процентов жертв этих паразитов становятся таковыми. Часто встречающееся в отзывах утверждение, что "лучшие врачи не смогли меня вылечить", не соответствует действительности ни в одном

случае. Правда заключается в том, что человек не дал врачам возможности вылечить его, а не дал он им этой возможности потому, что они относились к нему как к человеку и как к человеческому существу, которым он, как оказалось, не был. Если бы первый врач, к которому он обратился, принял тактику шарлатана, он бы вылечил его за гораздо более короткий срок. Вместо этого он сказал ему чистую правду и взял с него обычную плату за прием, в то время как шарлатан сказал ему ложь и взял с него большую сумму денег за лечение. Последний джентльмен, зная склонность этих людей к колебаниям, обеспечил себе время, необходимое для излечения, заставив пациента заплатить всю сумму вперед, что является их всеобщим обычаем. Пациент, таким образом, не мог позволить себе сменить врача в этот раз, а поскольку время - это все, что было необходимо для его излечения, хитрый и жирный шарлатан получает всю заслугу за то, что он добился излечения, которого "не смогли добиться лучшие врачи". Это простая игра, и объяснение так же просто, но есть те, кто не видит, и есть те, кому нельзя рассказать.

Однако не стоит по справедливости возлагать всю вину на этих людей. Мы должны помнить о непоследовательности суждений, которая в определенной степени является результатом нездоровья, которым страдает пациент, и, как следствие, легкой склонности поддаваться тем или иным уговорам. Способ воздействия на таких людей всегда неверен по следующей причине. Ни один человек, обладающий рассудительностью, здравым смыслом, справедливостью или сочувствием, не будет настолько глуп или бесчеловечен, чтобы давать советы страдающему больному мужчине или женщине о том, что ему или ей следует делать или принимать. Однако эти люди не испытывают недостатка в советах. Всегда найдется назойливый идиот, который точно знает, что нужно делать, и без колебаний лезет туда, где и ангел побоится ступить.

В колонках почти каждой газеты можно найти обещания здоровья, богатства и счастья за доллар за бутылку. Даже чахотка преподносится как легко излечимая болезнь с помощью сотни различных нострумов, хотя на самом деле она неизлечима ни одним из известных лекарств. Люди, рекламирующие эти средства, сознательно торгуют человеческими жизнями, и они прекрасно это понимают. Трудно представить себе тип мужчины, который рекламировал бы средство как "единственное в мире надежное лекарство от чахотки"; это активно делал концерн, выпустивший на рынок некое "Новое открытие от чахотки". Далее было объявлено, что "оно наводит ужас на врачей" и что это "величайшее открытие века". Все подобные утверждения - ложь. Оказалось, что это смесь морфина и хлороформа. Это отвратительное снадобье, которое можно давать любому здоровому человеку. Для больного она прекрасно подходит, чтобы сократить жизнь любого, кто будет принимать ее постоянно в надежде на излечение. Это средство, безусловно, вселяет ужас в сердца врачей после того, как становится известен его состав и когда вспоминают, кому его следует давать.

Оказалось, что "Consumption Cure" содержит один из самых смертоносных из известных ядов - коклюшную кислоту. В буклете, который был разослан владельцами определенного сиропа от кашля, содержится следующее презрительное утверждение: "Нет ни одного случая охриплости, кашля, астмы, бронхита или чахотки, который нельзя было бы быстро вылечить правильным применением этого сиропа от кашля". Такое жестокое и опасное мошенническое заявление абсолютно необъяснимо для любого честного человека. Таблетки доктора -- ---- для бледных людей рекламировались как средство от паралича. Оказалось, что они состоят из зеленого купороса, крахмала и сахара.

Те, кто купил эти таблетки, не только потратили свои деньги впустую, но и лишились всех шансов на облегчение, не приняв правильного лечения, пока не стало слишком поздно.

Обращая внимание матерей на зло бизнеса патентованных лекарств, я искренне надеюсь, что они проявят к этой теме нечто большее, чем просто мимолетный интерес.

Интеллигентному человеку не нужны долгие рассуждения, кроме перечисления тех фактов, которые приведены в этой статье, чтобы доказать, что это зло, заслуживающее самого серьезного рассмотрения.

Этот бизнес привлекает только невежд. Это простое и, возможно, резкое утверждение, тем не менее оно является абсолютной правдой. Язык и аргументация продавца нострумов не рассчитаны на то, что они обращены к подготовленному, образованному уму или к человеку, обладающему врожденным здравым смыслом. Даже если средний человек не знаком с составляющими средства, которое, по всей видимости, пользуется большим успехом, абсурдные заявления, сделанные в его адрес, должны предостеречь его от использования. Мало кто стал бы покупать обычную воду по 1,00 доллара за бутылку, если бы знал, что покупает. Но человек, обладающий хоть какими-то способностями к рассуждению или обычным здравым смыслом, должен был скептически относиться к достоинствам любого средства, которое, как утверждалось, "лечит", среди прочих болезней, чахотку, рак, ревматизм, малярию, желчные камни, астму, яд крови, перхоть и все заразные заболевания. Невозможно придумать более лживое и абсурдное утверждение, и невозможно придумать более дерзко глупое предположение, чем предположить, что такое утверждение может быть принято во внимание здравым умом.

Однако, к сожалению, мы вынуждены признать, что в мире есть любопытные люди, чьи методы рассуждения необъяснимы, чьи выводы не основаны ни на какой системе этики или логики. Они верят в то, во что предпочитают верить, независимо от качества свидетельств, которые могут быть выдвинуты для опровержения их убеждений. Следующий случай иллюстрирует это своеобразное извращение: Одна моя пациентка страдала от упорного и изнурительного кашля. Хотя общее состояние ее здоровья было довольно плохим, легкие не были поражены. Кашель сохранялся, несмотря на все усилия специалистов облегчить его. Нервное состояние пациентки и необычайно долгая ненастная мартовская погода были напрямую ответственны за неустрашимый характер заболевания. Я посоветовал ей посетить Флориду. Этот совет был дан потому, что в то время ее родители проживали в этом штате. Она действительно поехала во Флориду, и через несколько недель ее муж сообщил мне, что она полностью избавилась от кашля и наслаждается хорошим здоровьем. Через несколько месяцев, вскоре после ее возвращения домой, меня вызвали к ее мужу. Во время разговора она спросила, "знаю ли я, чем лечится ее ужасный кашель". Несколько удивленный, я ответил: "Конечно, Флорида". Она ответила с положительным акцентом: "Нет, сэр, Флорида этого не делала". Тогда я попросил ее объяснить эту загадку и получил следующую интересную информацию:

Через несколько дней после приезда во Флориду она встретила женщину - одну из тех безответственных личностей, которые бродят по жизни, давая бесплатные советы на темы, в которых ничего не смыслят, которые говорят бурно и много, потому что болтовня - это легко приобретаемая привычка. Эта миссионерка зла тут же поведала ей секрет своей жизни, как она стала здоровой женщиной и полностью излечилась от всех физических недугов. Она рассказала ей, что в Канзасе один человек открыл жидкость, которая, если капать ее в глаза дважды в день, излечивает любую болезнь, поражающую любого члена человеческой семьи. Эта пылкая паучиха побудила свою жертву войти в ее салон, где на досуге убедила ее в том, что проповедует Евангелие. В результате наш друг отправился в Канзас за "эликсиром жизни". Тем временем климат Флориды делал свое дело. Но как раз в этот психологический момент "эликсир" прибыл. Две капли драгоценной жидкости были с должной

торжественностью и неторопливостью закапаны в глаз, и через несколько дней кашель пошел на поправку. Было бы пустой тратой времени спрашивать, действительно ли она верит, что капли виноваты в ее излечении. Она говорила с восторженной убежденностью ученика более достойного дела. Я поинтересовался, нет ли у нее литературы, объясняющей метод лечения, и она вручила мне печатное издание, которое прилагается к флакону. Я сказал ей, что просмотрю ее и позже скажу, что я о ней думаю.

В *"Послании фактов"*, так называлась газета (она была напечатана как газета и имела размер обычной газеты), содержалась полная информация о "чудесном средстве" и его первооткрывателе. Он представил себя в звании профессора и честно признался, что его несколько раз арестовывали за медицинскую практику без лицензии. Он утверждал, что причиной его многочисленных арестов было то, что медицинская общественность штата Канзас, завидуя его успеху, начала настойчиво преследовать его. Он также утверждал, что предложил продать свое открытие государству, но государство отказалось его покупать, поэтому ему пришлось продолжать практиковать, чтобы заработать на жизнь. Говоря о своем методе лечения, он заявляет:

"Несмотря на то, что медики слишком несправедливы и слишком предвзяты, чтобы отдать профессору должное, которое он по праву заслужил, никуда не деться от простой истины, что этот великий ученый создал метод победить человеческие недуги, который полностью перевернул давно заветные теории медицинских школ".

И далее: "...будучи первооткрывателем моей системы и единственным человеком в мире, практикующим ее, и имея все случаи излечения и ни одного случая травмы, как показывает мой послужной список..."

Обратите внимание, что в первой цитате он утверждает, что его методы произвели революцию в старых теориях. Это, несомненно, подразумевает, что медицинские школы, вынужденные обратить внимание на его успешные методы, были вынуждены изменить свои теории и преподавать его способ лечения болезней. Несмотря на это сильное и уверенное утверждение, во второй цитате он заявляет, что является единственным человеком в мире, практикующим его методы. Очевидно, он не совершил революции в какой-либо значительной степени.

Он утверждал, что способен вылечить любую человеческую болезнь, и особенно подчеркивал свою способность лечить чахотку, болезнь Брайта, диабет, эпилепсию, астму, желудочные расстройства, нервную протрацию, слепоту, женские болезни, паралич, болезни сердца и почек.

Разумеется, он не указывает природу своего средства. Оно состоит из жидкости, которую капают в глаза, и процедура одна и та же, независимо от того, какая болезнь поразила пациента. Нет необходимости подробно описывать его объяснение того, как это "чудесное открытие" приводит к излечению. Достаточно сказать, что оно представляет собой ткань анатомических и физиологических искажений. Он, по общему признанию, необразован и не имеет абсолютно никаких знаний даже в области элементарной медицины. Поэтому его объяснения для медицинского ума - это смехотворная и нелепая попытка рассказать о том, чего он не понимает. Конечно, его объяснение не должно попасть в руки врача, а для неспециалиста, который понимает так же мало, как и он, оно звучит нормально. Мы снова вынуждены вернуться к его глупым утверждениям и, исходя из здравого смысла, не можем понять, как кто-то может верить в такую чушь. Тем не менее женщина, которая твердо верит, что ее кашель вылечил этот человек, с энтузиазмом рекомендовала нострум нескольким

другим женщинам с различными заболеваниями, и все они используют его по ее опытным указаниям.

Это очень хорошая иллюстрация того, как эти самозванцы и шарлатаны добиваются успеха. К этой женщине подошли в психологический момент и склонили ее к покупке. Это не обязательно должны были быть эти капли. С таким же успехом это мог быть любой другой патентованный препарат или любое поддельное лекарство. Это сработало бы точно так же, если бы причиной тому был климат Флориды. Абсурдно тратить время даже на то, чтобы рассмотреть вероятность того, что капли помогли в излечении. Вся схема этого человека - фальшивка, чистая и простая. Ни одна ее часть не имеет никаких достоинств. Другими словами, его средство вообще не является средством, это просто самое мягкое, обычное средство для промывания глаз, которое можно купить в любом аптечном магазине за десять центов. Он берет 5 долларов, но подумайте о статье, которую он пишет, подумайте об обещаниях, которые он дает, о заявлениях, которые он делает, о бумаге, которую он печатает, - все это стоит денег, времени и труда, и вы должны за это заплатить. И я знаю женщину, которая дважды в день закапывает эти капли в глаза в надежде исправить смещение матки. Может ли мозг самого ловкого романтика представить себе более абсурдное и жалкое положение вещей, чем то, что взрослое человеческое существо должно быть виновно в том, что разумный муравей ни при каких обстоятельствах не стал бы делать?

Когда "профессор" заявляет, что отказывается "выдать" свой секрет, пока штат Канзас не выплатит ему за это адекватное вознаграждение, в чем ему, конечно же, справедливо отказано, он демонстрирует, насколько он абсолютно лишен здравого смысла. Ни один человек, обладающий "лекарством" от чахотки, не упоминая о множестве других столь же выгодных "лекарств", которыми владеет этот волшебник и которые могут быть приложены к "лекарству" от чахотки так же, как побочные шоу идут следом за большим цирком, не должен тратить свое драгоценное время на препирательства с неодобрительным штатом Канзас. Если его "лекарство" хоть немного приближается к золоту в двадцать четыре карата, он может владеть штатом Канзас и добавить к нему еще один для пущей убедительности. Любой человек, способный сделать хотя бы одну тысячную часть того, что, как утверждает этот хитрый "профессор", может сделать, заработал бы столько денег, что это смущало бы его всю оставшуюся жизнь. Одно из его утверждений заключается в том, что он может вылечить эпилепсию. Если бы он мог вылечить эпилепсию, ему не позволили бы и двадцати четырех часов находиться в штате Канзас. Любая цивилизованная страна на земле предложила бы его услуги как экономическую необходимость, потому что в качестве инвестиции он был бы дешев по любой цене.

ГЛАВА XXXI

ЗЛО ПАТЕНТНОЙ МЕДИЦИНЫ - продолжение

Лекарство от консумации - Личные средства для консумации - Творение природы - Лекарства от женской слабости - Различные соединения и солодовые виски.

МОШЕННИЧЕСКИЕ ОТЗЫВЫ

Собирать дальнейшие свидетельства позорности всего этого бизнеса, казалось бы, просто излишне: какие еще нужны доказательства?

Некий доктор Х. из города Мичиган широко опубликовал следующее объявление:

"Набрала 17 фунтов после того, как все от нее отказались".

"У мисс И... С. был ужасный случай чахотки, а также катар и бронхит. С этим ужасным осложнением, отданная на погибель, она приняла лечение Н---. Теперь она выздоровела".

Дорогой доктор: Я быстро набираю вес. Набрала 17 фунтов; сейчас вешу 150 фунтов и становлюсь довольно сильной. Хотел бы я, чтобы вы меня увидели. Вы бы удивились. Я выгляжу просто прекрасно. Все говорят, что никогда не думали, что я поправлюсь. Я не могу выразить вам свою благодарность за это. Я чувствую себя прекрасно, так что буду заканчивать.

Искренне ваша,

Мисс И... С...

Приведенный выше отзыв выглядит весьма убедительно и, несомненно, послужил средством, побудившим многих других несчастных жертв отдать себя под "профессиональную" опеку доктора Х.... Однако расследование показало, что эта оптимистичная молодая леди умерла вскоре после того, как дала показания, и что ее смерть, согласно выписке из свидетельства о смерти, выданного штатом Висконсин, наступила от "чахотки". Таким образом, свидетельство не может иметь никакой ценности в данных обстоятельствах. Однако, к сожалению, этот врач не опубликовал свидетельство о смерти вместе со свидетельством, которое он продолжал использовать после ее смерти.

После исчерпывающего расследования личности и деятельности вышеупомянутого доктора *медицины журнал Американской медицинской ассоциации* сообщил:

Во-первых. Лекарство от чахотки Н... в основном принадлежит и контролируется людьми, чья единственная квалификация для лечения болезней заключается в том, что они являются бизнесменами, финансово заинтересованными в других медицинских подделках.

Во-вторых. Утверждения, сделанные в рекламе, прямо или косвенно, что эти "средства" "вылечат" чахотку, являются жестокой и бессердечной ложью.

Третье. Методы, используемые для захвата жертв с помощью хитро составленных циркулярных писем, замаскированных под личные сообщения, являются навязыванием, если не настоящим мошенничеством, для невежественных и доверчивых людей.

Четвертое. Препараты, рассылаемые этим концерном в качестве "пробного лечения", бесполезны как лекарство от чахотки.

Пятое. Печатаю отзывы о себе, которые этот доктор медицины получил от служителей Евангелия, он грубо злоупотребляет доверием людей, которые не знали, для какой цели будут использованы их письма.

Шестое. Свидетельства врачей, которые он публикует, как выяснилось, в некоторых случаях исходят от людей, которые сами занимаются использованием медицинских подделок.

Седьмое. Утверждение о том, что он является выпускником Эдинбургского университета, оказалось таким же ложным, как и заявления о ноструме, который он эксплуатирует.

Можно ли представить себе более позорный бизнес, чем различные "лекарства от чахотки"? Основанный на мошенничестве, поддерживаемый обманом, увековеченный ложью - больные эксплуатируются, чтобы выплачивать дивиденды на корпоративном шарлатанстве. Как долго еще будет продолжаться это бесчинство над несчастными жертвами белой чумы? Если не из гуманных соображений, то хотя бы для собственной защиты общество должно потребовать пресечения подобных жестоких мошенничеств. Их существование - угроза здоровью населения и позор для современной цивилизации.

Многие мошеннические нострумы рекламируются как слепая реклама в колонках "Личное" ежедневной прессы. Недавно в колонках "Личное" газет по всей стране появилось следующее:

ПЕРСОНАЛ - ПОТРЕБИТЕЛЯМ: Я обладаю информацией, которая стоила мне целого состояния, и считаю, что должна сообщить о своем опыте каждому потребителю. Миссис Р., Огайо.

Тем, кто ответил на это объявление, было отправлено письмо, написанное на бледно-голубой канцелярской бумаге, такой, какая используется для светской переписки, с инициалами -. R., вытисненными в виде монограммы позолотой на бумаге и конверте, с подписью "Миссис -. R." В этом письме утверждается, что писательница вылечила себя "наперекор всем ученым мира", открыв "сочетание определенных корней и трав". В результате этого открытия и после того, как она потратила целое состояние на поиски лекарства, согласно рекламе, нам сообщают, что "теперь я посвящаю свою жизнь спасению других". Согласно дальнейшей информации, ее усилия, по-видимому, успешны, поскольку она "не находит возможным лично отвечать на множество запросов, которыми ее одаривают". Поэтому она считает необходимым "передать ваше письмо моему секретарю, мистеру С..., от которого вы, несомненно, скоро получите ответ". Секретарь, очевидно, приступил к работе, "так как в следующей почте было доставлено письмо от "Компании...", подписанное H. W. C--, Sec'y".

Мы можем оценить степень заботы миссис Р. о благополучии расы, когда узнаем, что тот же концерн несколько лет назад занимался в Чикаго "лечением" сифилиса. По всей вероятности, лекарство от обоих заболеваний одно и то же. Трудно сказать, от какой именно болезни излечилась миссис Р.

Среди отзывов, опубликованных этим концерном в своем буклете, есть немало таких, в которых, часто в восторженных выражениях, говорится, что автор "излечился" от чахотки с помощью... Несколько из них были расследованы, и в каждом случае писатель умер от чахотки. Эта смесь, в самых сильных выражениях, которые можно использовать, является подделкой, мошенничеством и не является "лекарством" от чахотки, как, конечно, знает каждый разумный человек.

ДЛЯ БОЛЬНЫХ ЧАХОТКОЙ.

Нижеподписавшийся, восстановивший здоровье простыми средствами, после того как несколько лет страдал от тяжелого заболевания легких и страшной болезни консумации, желает донести до своих собратьев средства излечения. Тем, кто пожелает, он с радостью вышлет (бесплатно) на копию используемого рецепта, который они сочтут верным средством от консумации, астмы, катара, бронхита и всех болезней горла и легких. Он надеется, что все страдальцы попробуют его средство, поскольку оно бесценно. Желающие получить рецепт,

который ничего им не стоит, но может оказаться благословением, могут обратиться к преподобному В., штат Нью-Йорк.

Ответ на это объявление принес информацию о том, что преподобный У... заболел туберкулезом, когда руководил церковью в штате Мэн, и, испробовав различные методы лечения, был окончательно вылечен "знаменитым доктором К... из Парижа, Франция". Теперь он намеревался "посвятить свою жизнь" помощи страдающему человечеству, в духе благодарности раздав бесплатно копию знаменитого рецепта.

Расследование показало, что преподобного Э. А. У... не существовало, следовательно, у него никогда не было церкви в штате Мэн, он не болел туберкулезом и не консультировался с доктором С... из Парижа. На самом деле, который вел дела, был некто К. А. А., который, надо полагать, и задумал всю эту аферу. Схема была проста. Когда рецепт был получен, выяснилось, что ингредиенты не известны в торговле лекарствами, и необходимо было послать к мистеру А... за поставкой, чтобы проверить их. Литература, присланная вместе с рецептом, была такого характера, что обычный невежественный страдалец от чахотки, надеясь на "лекарство", попадал в ловушку и высылал деньги за пробную партию.

ЛЕЧЕНИЕ "ЖЕНСКОЙ СЛАБОСТИ"

"Состав доктора Д...": Этот нострум продается для облегчения боли при родах. Нет нужды говорить, что он не облегчит боли при родах, как не облегчит их ни одно лекарство или препараты. Безответственная группа шарлатанов, утверждающих, что они решили проблему "безболезненных родов" с помощью различных "составов", вряд ли заслуживает внимания обычных людей. Почти невозможно поверить, чтобы человек напечатал под своим именем такую грубую или фантастическую историю, как следующая. Доктор Д... утверждает, что ценность его препарата доказана тем, что некая женщина-пациентка рассказывает, как после потери первого ребенка ей было видение. Явился "ангел в белом одеянии", который, обратившись к ней на прекрасном языке, сказал: "Иди, сестра, и ищи свободу и мир в использовании -Состава и в следовании учениям этой книги".

Книга называется "Безболезненные роды", продается за 2,00 доллара, и в ней ненужным цветистым языком рассказывается о достоинствах компаунда.

Если бы мы слышали подобные истории в повседневной жизни, мы бы доверчиво улыбнулись нашему информатору и усомнились в его здравом уме, но в рекламе патентованного лекарства мы ожидаем прочесть о чудесах и почти надеемся, что нам расскажут о невозможных событиях. Чем более вопиюще лживыми и глупыми они кажутся, тем сильнее они оказывают свое тонкое гипнотическое воздействие на каждого, чей физический или психический темперамент поддается призыву.

Этот состав "быстро излечивает все нарушения и сбои менструальной функции, застойные явления, воспаления, изъязвления и смещения матки, а также другие заболевания, о которых слишком много говорить". Утверждается, что он изготовлен из самых чистых и тщательно отобранных трав, которые только можно достать. Однако если собрать в лесу две горсти сушеных листьев и положить их в пакет, то обычный человек не сможет отличить такой сброд от "Dr. D--'s -- Compound" по цене 1,00 доллара за пакет.

Журнал Американской медицинской ассоциации, комментируя эту подделку, заявляет:

-- "Compound" - это, в общем, еще одно из бесчисленных лекарств на рынке, в котором выброшенные, непризнанные или бесполезные препараты пускаются в ход и наделяются чудодейственными свойствами. Что же говорить о людях, которые охотятся на беременных

женщин? Кто внушает будущей матери страх перед невыразимыми муками, а затем предлагает иммунитет от этих мнимых пыток по цене своих бесполезных нострумов? Кто с помощью таких изданий, которые принимают их лживую рекламу, делает больше для поощрения абортов, чем даже сами профессиональные абортмахеры? Кажется, есть только одно средство: ускорить время, когда те издатели, которые не признают порядочность как моральный долг, будут вынуждены общественным мнением признать ее ценность как делового предложения.

Компания C. B. M. Remedy: В небольшом городке в штате Индиана живет "леди", которая тратит целое состояние на то, чтобы абсолютно бесплатно лечить страдающих женщин. Письма, литература и реклама косвенно заставляют предположить, что бизнесом этого концерна руководит женщина. На рекламе изображена женщина, раздающая пакеты с лекарствами. Бизнес вел некий Ф. Д. М. Имя его жены просто использовалось в качестве рекламного актива; идея, конечно, в том, что женщина охотнее напишет в коммерческий концерн о своих личных болезнях, если поймет, что доверяется женщине, чем если бы у нее сложилось впечатление, что ее письмо прочитает мужчина. Это старая схема, которая с большим успехом применялась другими людьми в течение многих лет.

Сам М. не является врачом и никак не может давать советы женщинам, которые пишут в ответ на рекламу, подробно описывая свои симптомы и рассказывая о своих проблемах. Расследование показало, что лекарства составляли клерки и стенографистки, работающие в компании, и что на все сообщения отвечали письмами-формулярами. Не имело значения, чем болен пациент, лечение было одинаковым.

Претензии, предъявляемые этим концерном к своему средству, а оно у них было только одно, были обычными - все, о чем только можно подумать, что имеет отдаленное отношение к специальности, в которой они заинтересованы: лейкорей, язва, смещение или выпадение матки, обильные, скудные или болезненные месячные, опухоли или образования в матке или яичниках, кипа по любой причине, независимо от того, как долго она существует; также боли в спине, голове и кишечнике, тягостные ощущения, нервозность, ощущение ползания по позвоночнику, меланхолия, желание плакать, приливы жара, усталость, рак матки на ранних стадиях.

Анализ средства показал, что оно представляет собой комбинацию двух слабых, часто используемых препаратов, один из которых - очень слабый антисептик, а другой - мягкое вяжущее средство. Они были скреплены маслом какао, в которое, возможно, была добавлена капля карболовой кислоты. В этой комбинации нет ничего необычного, как нет в ней и чудесных качеств, которые оправдывали бы заявления, сделанные в ее пользу. Средство не содержит ничего, что при любых обстоятельствах могло бы способствовать удалению раковых опухолей, фибромиомы или полипов, а также способно радикально облегчить разрыв матки в результате родов.

Ниже приводится одно из нелепых обращений, которые этот мерзкий концерн разослал больным женщинам Америки:

Миссис М. получает больше почты, чем любая другая женщина в штате.

Как бы вам понравилось получать столько почты, что пришлось бы использовать точильный камень, чтобы вскрывать письма так быстро, как они приходят. Именно так вскрывает почту

миссис К. Б. М. Она получает тонны почты и, чтобы сэкономить время, вскрывает письма с помощью большого точильного камня, который занимает видное место в ее офисе. Ни один человек в Индиане не получает столько почты, как она.

Помощь и совет миссис М. так же бесплатны для вас, как божий солнечный свет или воздух, которым вы дышите. Она всегда рада помочь каждой страдающей женщине, она щедрая, добрая женщина, которая сама страдала, как страдаете вы, и она хочет доказать вам, что ее домашнее лечение, основанное на здравом смысле, вылечит вас так же верно, как оно вылечило ее много лет назад в ее скромном домике, прежде чем к ней пришли богатство и слава.

Если вы страдаете от какой-либо женской проблемы, неважно какой, немедленно отправьте нижеприведенный купон миссис К. Б. М.

Я женщина со всеми женскими надеждами и страхами. Я знаю, что такое быть больной душой и телом. Болеть так, что я не смогла бы объяснить это мужчине, даже если бы он был моим врачом, и я благодарна до глубины души за то, что мне дана возможность дать вам, мои сестры, бесценное благо - освобождение от бремени боли и страданий.

Я лишь молюсь о том, чтобы эта небольшая книга стала средством спасения какой-нибудь женщины от многолетней агонии, которую может познать только женщина.

Я посвящаю эту книгу вам.

ЖЕНСКИЕ БОЛЕЗНИ

Сомневаюсь, что вы можете осознать весь смысл этих двух маленьких слов. Я, соприкасаясь с жалкими обломками женственности, порожденными женскими болезнями, знаю, как и вы, надеюсь, никогда не узнаете, какие разрушенные жизни и разбитые сердца они вызывают.

Только чувствительная женщина может понять, как трудно заставить себя пройти через испытание обследованием и лечением у врача.

Каждое письмо, рассылаемое этим концерном, было подписано: "Миссис К. Б. М.". Вся литература, каждый буклет и каждая реклама были искусно и соблазнительно "выстроены" таким образом, чтобы косвенно создать впечатление, что бизнесом занимается женщина, и отсюда в умах простых, доверчивых жертв следовал вывод, что они пишут свои секреты, чтобы их прочитала представительница их собственного пола, и что эта женщина профессионально квалифицирована и по темпераменту способна дать компетентный совет и адекватное лечение.

Ничто не было дальше от истины. Это был просто обман, мошенничество и навязывание денег. Сама миссис К. Б. М. призналась, что не имела абсолютно никакого отношения к ведению бизнеса, и ее предыдущий опыт никак не подходил для того, чтобы давать советы по таким вопросам. Ее муж основал бизнес под названием "Медицинская компания" и продолжал работать под этим названием до своей женитьбы, когда он был реорганизован и зарегистрирован на имя жены. Пользуясь опытом подобных предприятий, он использовал имя жены просто в качестве бизнес-актива. О том, насколько умело и эффективно он использовал эту возможность, говорит его заманчивая литература, которую он рассылал, что наглядно демонстрирует приведенная выше цитата.

Представьте себе мужчину, который пишет: "Я женщина со всеми женскими надеждами и страхами", - а затем с непревзойденным мастерством играет на чувствительности и

доверчивости больной и неврастеничной женщины. Это окольный путь к общественному карману, но опыт научил этих гарпий, что это чрезвычайно успешный метод. Сам мистер М. признал, что валовая выручка от этого бизнеса превышает 100 000 долларов в год, и что 200 000 человек одновременно принимают лечение у этого концерна.

Упоминается некое знаменитое соединение, которое известный авторитет в области наркомании охарактеризовал как "опасный наркотик, используемый в основном любителями выпить". В течение 23 лет после смерти основательницы, -- и --, владельцы концерна, давали объявления, приглашая женщин "писать Л. П. за советом по поводу их жалоб, и, будучи женщиной" - хотя и мертвой - "ее больным сестрам было легко излагать ей все подробности своих страданий".

Реклама, как правило, печатается:

Ни один врач в мире не получил такого образования и не имеет под рукой такого количества информации, чтобы помочь в лечении всех видов женских болезней.

Именно поэтому миссис Л... П... в своей лаборатории в..., штат Массачусетс, способна сделать для больных женщин Америки больше, чем семейный врач. Поэтому любая женщина, которая не возьмет на себя труд написать миссис П... за советом, сама виновата в своих страданиях.

Нужны ли еще какие-либо доказательства мошеннических намерений подобных компаний? Не забывайте также, что это конкретное средство рекомендуется исключительно для "женских болезней" и содержит достаточно алкоголя, чтобы сделать его пользователей жертвами алкогольной привычки.

МЕДИЦИНСКИЙ КОНЦЕРН, КОТОРЫМ РУКОВОДЯТ ЖЕНЩИНЫ

В другом городе штата Индиана доктор Д... занимается почтовыми заказами. Ее специализация - "женские болезни". На самом деле бизнес принадлежит У. М. Г., торговцу чаем, кофе и т. д. В рекламе концерна доктор Д-- подчеркивает, что она "женщина - жена - мать - успешный врач - специалист по женским болезням". Во многих местах в литературе компании намеренно подчеркивается "огромный опыт" доктора Ди.

"Ее огромный опыт работы врачом - лишь одна из квалификаций, которыми она обладает....".

"Ее образование и огромный опыт врача позволяют ей делать для страдающих женщин больше, чем может сделать любая женщина, не являющаяся врачом...."

"За несколько лет активной жизни в качестве врача общей практики она приобрела огромное количество ценного опыта, которым обладают очень немногие....".

Эти три цитаты категорически утверждают, что доктор Д. имела "огромный" опыт "как врач общей практики". Где она приобрела этот опыт в качестве врача общей практики? Поскольку она окончила медицинский факультет в 1907 году и получила лицензию на практику в 1908 году, а "-- D-- Company" была зарегистрирована в 1908 году и начала активную деятельность именно тогда, мы снова спрашиваем, где она приобрела свой "огромный опыт"?

Следующее письмо, отправленное доктором Д... одному из ее потенциальных пациентов, дает общее представление о том, как ведется "игра". Это письма-"бланки", печатаемые тысячами, хотя они призваны создать впечатление, что они личные - в них указано имя пациента. Можно заметить, что доктор Д. овладел искусством шарлатана и соблазнительной дикцией тех, кто живет за счет ума:

Дорогой друг: Поскольку вас постигло несчастье, я рад, что вы написали мне, потому что я искренне верю, что смогу полностью вылечить вас, если вы примете мое лечение сейчас. Понимая серьезность вашего состояния, я сразу же договорился о том, чтобы уделить вашему случаю мое быстрое личное внимание.

После многих лет успешного лечения практически всех видов женских болезней я посвящаю свою жизнь моим сестрам-женщинам. Будучи женщиной и матерью, я знаю каждую вашу боль и сочувствую вам так, как может только женщина. Как врач, как специалист по женским болезням я знаю причины ваших бед и самый научный метод быстрого излечения. Поскольку во мне вы нашли не только врача, но и сочувствующего друга, я верю, что вы внимательно прочтете мой план вашего полного выздоровления.

Тщательная диагностика вашего случая показала, что у вас женская слабость.

Я отправил вам по почте экземпляр своей книги "Женские болезни и домашний медицинский справочник". Обязательно прочтите описание вашего заболевания на страницах 25-47.

В ответ на вашу просьбу я выслал вам по почте бесплатную пробную версию моего успешного лечения. Оно обязательно вам поможет, и вы должны сразу же принимать его в соответствии с моими инструкциями, которые прилагаются к письму. Бесплатных лекарств хватит на три дня, они соответствуют вашему состоянию, но не стоит ожидать, что они вас вылечат. Некоторые ингредиенты, входящие в состав необходимых вам лекарств, стоят очень дорого, и я не могу позволить себе дать вам достаточное количество этих лекарств, чтобы полностью вылечить вас.

Ваш случай, похоже, давний, и для полного излечения вам действительно необходимо сразу пройти полный курс лечения. Поскольку я хочу сделать для вас все возможное, я подготовил для вас специальный курс лечения и высылаю его с оплаченной почтой в одной посылке с бесплатными средствами.

Пожалуйста, помните, что бесплатные средства вы можете принимать сразу, без всякой платы и обязательств, но если вы воспользуетесь специальным курсом лечения, я буду ожидать, что вы пришлете мне за него 3 доллара. Вы не обязаны принимать Специальный курс, но я знаю, что это именно то, что вам нужно, и нужно СЕЙЧАС, поэтому я уверен, что ваше здравомыслие заставит вас принять его при первой же возможности. Отправляя сейчас, я экономлю ваше время и ...

Д-р Г. М. Б. из города..., штат Монако, рекламирует средства для лечения глухоты, катара, астмы и шума в голове. Он предлагает бесплатно выслать лекарство на два месяца, чтобы доказать свою способность лечить. В ответ на запрос он практически сообщает каждому обратившемуся, что его случай настолько плох, что высылать двухмесячное лечение бесполезно. Для того чтобы вылечиться в "вашем случае", необходимо принимать обычное лечение. Он допускает возможность того, что литература и отзывы, прилагаемые к его письму, повлияют на жертву, чтобы она укусила. Поскольку он признает, что его доход составляет около 5 000 долларов в месяц и что он получает триста писем каждый день, можно предположить, что он знает свое дело.

Нет необходимости вдаваться в подробности относительно его методов. Окружной прокурор, проводивший расследование, дал следующее резюме его бизнеса:

Я обнаружил, что бизнес ведется через почтовое отделение по адресу --, штат Монако, под именами Dr... Remedy Company и Dr. J. M. B., и представляет собой схему и устройство для

получения денег через почту с помощью ложных и мошеннических притязаний, заверений и обещаний, и поэтому я рекомендую издать приказ о мошенничестве, запрещающий доставку почты и выплату денежных переводов по этим адресам".

Некий "чистый" солодовый виски рекламируется как:

"Надежное универсальное домашнее средство".

"Оно должно быть в каждой семейной аптечке".

"Производится с целью снабжения профессии и общества в целом надежным тонизирующим и стимулирующим средством".

"Это признанное специфическое средство для обогащения крови и укрепления тела и мышц, а в профилактике и облегчении кашля, простуды и желудочных расстройств ему нет равных".

До принятия Закона о чистых продуктах питания и лекарствах его рекламировали в следующих выражениях:

ЛУЧШИЙ ВЕСЕННИЙ ТОНИК.

ДОКТОРА ВСЕХ ШКОЛ СХОДЯТСЯ ВО МНЕНИИ, ЧТО ЛУЧШИМ ТОНИКОМ-СТИМУЛЯТОРОМ ДЛЯ УКРЕПЛЕНИЯ ОРГАНИЗМА, ОСЛАБЛЕННОГО ДОЛГИМ НАПРЯЖЕНИЕМ ЗИМЫ, И ДЛЯ ИЗГНАНИЯ ВЕСЕННЕЙ ЛИХОРАДКИ И МАЛЯРИИ ЯВЛЯЕТСЯ СОЛОДОВЫЙ ВИСКИ "--".

Как тонизирующее и стимулирующее средство он является величайшим дарителем сил, известным науке. Он уничтожает болезнетворные микробы и благодаря своим строительным и заживляющим свойствам восстанавливает ткани постепенно, здоровым, естественным образом. При своевременном приеме он является прекрасным специфическим средством для лечения чахотки, пневмонии, гриппа, бронхита, кашля, простуды, малярии, низкой температуры, желудочных расстройств и всех истощенных, ослабленных, больных состояний.

Он признан ведущим лекарством во всем мире.

Решением Верховного суда штата Нью-Йорк этот "чистый" солодовый виски был признан спиртным напитком. Это просто подслащенный виски. Рекламировать его как средство от чахотки или как лекарство от любой болезни было злонамеренно и должно караться длительным сроком тюремного заключения. Можно взять каждое утверждение из вышеупомянутой рекламы и доказать, что каждое из них не соответствует действительности.

Этот "чистый" солодовый виски - любимая "выпивка" так называемых сторонников умеренности. Поскольку он рекламируется как лекарство, они могут напиваться от его употребления и при этом оставаться сторонниками "умеренности". Одним из излюбленных методов рекламы этого продукта было привлечение внимания общественности к тому факту, что

СВЯЩЕННОСЛУЖИТЕЛИ ОДОБРЯЮТ СОЛОДОВЫЙ ВИСКИ

Знаменитые священники и служители церкви, которые потратили свою жизнь на то, чтобы поднять своих падших братьев и поставить их на твердую скалу, используют и рекомендуют чистый солодовый виски. Почетные и уважаемые проповедники Евангелия и сторонники умеренности, не взирая на вероисповедание или предрассудки, делают откровенные и открытые заявления о том, что чистый солодовый виски - 's pure malt whisky сделал для них.

Далее следуют отзывы и фотографии трех пожилых и инертных на вид проповедников.

Это была впечатляющая реклама, как и большинство "реклам" нострумов, потому что, к сожалению, искусство лжеца лучше всего выражается в превосходной степени. Поэтому его словесные картины более яркие, более разнообразные, более романтические. Но когда их расследуют и выявляют факты, реклама рассыпается в прах. Например, сравните реальные факты о трех "выдающихся прорицателях" с вымыслом в следующей рекламе:

Преподобный... Д..., старше 82 лет, много лет занимался медициной, а затем переехал на запад. Он стал священником и десять лет проповедовал в штате Вайоминг. Затем он отошел от кафедры и открыл брачное бюро. Он получил 10 долларов, когда дал свое свидетельство, "чтобы его сфотографировали".

Преподобный -- Х-- занимал кафедру в церкви Вечной Надежды в Б--, штат Пенсильвания. Несколько лет назад он ушел в политику и сейчас является заместителем налогового инспектора. Он спиритуалист. Он владел скаковыми лошадьми и был покровителем газона.

Преподобный Макл жил в Г..., штат Мичиган. В городке проживает 893 человека, и он даже не находится на линии железной дороги. Мистеру Маклу разрешили выйти из братства после того, как его привлекли к суду за одобрение чистого солодового виски.

Если бы этих трех джентльменов вывели на сцену любого городского театра водевиля и представили как выдающихся прорицателей, это было бы воспринято как шутка, которой они на самом деле и являются. Если мы отправим наших "выдающихся провидцев" в бюро бракосочетаний, на ипподром, в Налоговую службу или на проповедь перед пастой в поселках с населением менее тысячи человек, а не на железную дорогу, то перспективы профессии священнослужителя будут далеко не радостными. Говорить о том, что эти люди провели свою жизнь, "возвышая своих падших братьев", - значит навязывать свою аудиторию доброй натуре. Это просто еще одно доказательство, добавленное к длинному списку, который уже был отмечен, что человек не может легко приобрести привычку ожидать прочесть правду в рекламе патентованного лекарства. Скорее наоборот. Мы рассматриваем их с ожидаемым любопытством, чтобы отметить их уникальную и дьявольскую способность говорить живописную неправду.

Некоторые известные таблетки широко рекламируются в Великобритании и США. Производители утверждают, что они "полностью состоят из лекарственных трав" и что они "излечат" запоры, боли в спине, простуду, больные ноги, болезни неосмотрительности, расстройства почек и мочеиспускания и некоторые другие вещи.

Эти таблетки были проанализированы химиками Британской медицинской ассоциации, которые сообщили, что они состоят из имбиря, мыла и алоэ. Где находились "лекарственные травы", сказать сложно.

В рекламе крупными и яркими буквами сообщается, что эти таблетки "стоят гинеей (\$5,00) за коробку". Розничная цена - 27 центов за коробку. Аптекарь Британской медицинской ассоциации утверждает, что стоимость этих таблеток составляет четверть цента за коробку. Вполне приемлемая прибыль, учитывая высокую стоимость жизни в наши дни!

ГЛАВА XXXII

ЗЛО ПАТЕНТНОЙ МЕДИЦИНЫ - продолжение

Фирмы патентной медицины и шарлатаны распоряжаются присланными им конфиденциальными письмами - концерны патентной медицины и брокеры писем - заговор патентной медицины против свободы прессы - как трест патентной медицины подавляет честные усилия.

КАК ШАРЛАТАНЫ ИЗБАВЛЯЮТСЯ ОТ ПРИСЛАННЫХ ИМ КОНФИДЕНЦИАЛЬНЫХ ПИСЕМ

Когда вы пишете в ответ на объявление такого рода, чтобы получить информацию - что обычно является первым шагом, - вы получаете в ответ письмо, в котором к вам обращаются интимным тоном: "Дорогой или уважаемый друг". В нем сообщается, что "мы посвящаем свою жизнь интересам страдающего человечества", и содержится просьба не терять времени и написать полный отчет о своих симптомах и болезнях; такая информация будет свято храниться в тайне и скрыта от посторонних глаз всех, кроме "доктора", который ее прочтет.

Все средства используются для того, чтобы создать у пишущей впечатление, что она имеет дело с ответственными и авторитетными людьми; что то, что она пишет о своем здоровье, своих делах и своей персоне, должен читать только опытный медицинский консультант и никто другой. На самом деле, как мы показали, она пишет свои секреты человеку, который даже не является врачом, а тот, в свою очередь, передает письмо для ответа офисному клерку.

Когда фальшивый врач или патентованный знахарь исчерпывает свои "веселые" тактики, ложь и обещания и больше не может склонить жертву выслать больше денег, он продает письма жертвы другому шарлатану, занимающемуся тем же бизнесом. Эти гарпии, зная о том, что болит у данной особы, начинают рассылать ей свою умозрительную и инсинуационную литературу. Женщина читает, заинтересовывается и, укушенная ранее, решает попробовать еще раз, и так продолжается история - одна за другой попытки выкачать жизненную кровь из больной, безответственной глупой женщины.

Продажа писем превратилась в бизнес, причем настолько, что регулярно появляются брокеры медицинских писем, у которых можно купить эти письма тысячами. В одном офисе брокера медицинских писем в Нью-Йорке на продажу выставлено до семи миллионов этих конфиденциальных писем. Это, кстати, дает небольшое представление о том, какой это колоссальный бизнес, и о сотнях тысяч обманутых и пострадавших.

Следующие выдержки взяты из известного женского журнала, который в разное время интересовался этой темой, и представляют особый интерес в этой связи:

Одной из самых отвратительных и позорных черт бизнеса патентных лекарств является сбыт писем, которые пациенты посылают фирмам, производящим патентные лекарства. Корреспонденция запрашивается этими фирмами под печатью священного доверия. Когда концерн не может вести дальнейшие дела с пациентом, он передает его корреспонденцию посреднику, который, в свою очередь, пересылает ее другим концернам патентной медицины по цене полцента за каждое письмо.

Один из этих маклеров заверил писателя, что может предоставить мне "отборные партии" "медицинских женских писем". ... Позвольте мне теперь дать вам представление о том, как эти "священные конфиденциальные" письма продаются по всей стране, на основании

печатных списков этих маклеров. Вот несколько примеров, все, которые действительно можно напечатать:

55 000 "писем с жалобами от женщин" - таков итог одного пункта, и в списке указаны названия "медицинской компании" или "медицинского института", которым они были адресованы. Итак, перед нами бартер в 55 000 писем частного характера, каждое из которых, как сказали писательнице, и она вправе была ожидать, будет рассматриваться как "священная тайна" врачом или концерном, которому она обманным путем поведала о своих личных недугах. И все же они здесь по полцента за штуку!

Другая партия из 47 000 писем, адресованных пяти "докторам" и "институтам", выделена в особую категорию потому, что их написали женщины! Третья партия - это:

44 000 "писем разработчиков бюстов" - писем, которые, как сказал мне один человек из концерна патентованной медицины, "самое богатое чтение, которое только можно достать".

Еще один лот предлагает: 40 000 "Женских писем-регуляторов" - писем, которые, как может предположить любая женщина, в их контексте носят самый деликатный характер. Тем не менее, факт остается фактом: они выставлены на продажу.

Разве это не презрительно?

В той же статье разоблачается нечеловеческая жадность концернов патентной медицины, которые превращают в холодную наличность письма пациентов, страдающих самыми жизненно важными заболеваниями.

Цитируем еще раз: "Все это становится предметом публичного обмена. Здесь предлагаются на продажу, например: 7 000 писем о параличе; 9 000 писем о наркотиках; 52 000 писем о чахотке; 3 000 писем о раке и даже 65 000 писем о глухоте. О болезнях самого частного характера здесь предлагается около 100 000 писем, сама классификация которых заставляет чувствительного человека содрогнуться".

Чем глубже погружаешься под поверхность этого бизнеса, тем отвратительнее он становится. Невозможно представить себе гадюк и акул, наделенных более презрительными и грубыми качествами, чем те, которые характеризуют стервятников патентной медицины и шарлатанских медицинских концернов.

ЗАГОВОР ПАТЕНТНОЙ МЕДИЦИНЫ ПРОТИВ СВОБОДЫ ПРЕССЫ

По оценкам, газеты Соединенных Штатов получают около 100 000 000 долларов в год от рекламы патентованных лекарств и поддельных медицинских концернов.

Существует ассоциация, состоящая из производителей патентованных лекарств и владельцев рекламных медицинских концернов. Она была создана с единственной целью - строго следить за соблюдением "интересов" заинтересованных лиц.

Если мы признаем, а мы должны признать это, если изучим факты, что весь бизнес медицинской рекламы является неблагоприятным, бесчестным и несправедливым, поскольку он наносит ущерб здоровью и благосостоянию расы, то единственная защита, в которой он может нуждаться, - это защита от любого движения, целью которого являются интересы людей, являющихся его жертвами. Именно в этом и заключается ключ к работе P. A. of America. Когда человек начинает что-то знать о зле патентной медицины, его чувство справедливости сразу же задается вопросом, почему "что-то" не было сделано для его уничтожения. Когда читатель больше узнает об этом спруте, он поймет, что его щупальца

далеко простираются и что у него есть таинственный и эффективный способ подавить в зародыше любое движение эмбриона, направленное против него. Подробно излагать эти факты было бы долго - они общеизвестны, - поэтому проще всего объяснить процедуру на примере того, как работает этот механизм.

Предположим, конгрессмен задумал внести в Конгресс законопроект, обязывающий газеты отказываться от рекламы, которая является явно ложной и искажает факты, и приводит в качестве примера рекламу патентованного лекарства. Агент или лоббист ассоциации в Вашингтоне немедленно телеграфирует о намерениях законопроекта и имени его автора в домашний офис ассоциации. Джентльмен, возглавляющий исполнительный отдел главного офиса, выясняет факты, касающиеся политических связей конгрессмена, направляет телеграммы в газеты, выходящие в его округе, предлагая им использовать свое влияние, чтобы изменить мнение конгрессмена. Газеты делают то, что им предлагают (хотя есть и те, кто отказался выполнять такую работу, но их совсем немного); они могут намекнуть ему, что он совершает политическое самоубийство, или применить другую тактику. В результате, однако, представитель обычно понимает, в чем дело, и позволяет своему законопроекту умереть в комитете. Шарлатаны не удовлетворяются этой единственной попыткой обеспечить гибель законопроекта. Дело доходит до других конгрессменов через их домашние газеты; весь механизм системы приходит в движение. Их внимание привлекается к законопроекту. Им говорят, что общественность не требует такого законодательства и что, если этот законопроект пройдет, он лишит многих тысяч долларов на рекламу газет, которые дружелюбно относятся к политическому будущему конкретного конгрессмена, о котором идет речь. Таким образом, факты доводятся до сведения многих конгрессменов. Они тоже видят в этом смысл. Это наводит их на мысль, что им лучше не топтаться на месте этого монстра, иначе они сами могут пострадать. Таким образом, народ лишается того, что могло бы стать большим шагом вперед в борьбе за чистоту продуктов питания и лекарств и, кстати, в сохранении здоровья населения.

Уместно спросить, почему газеты идут на такие позорные и бесчестные сделки? Ответ заключается в том, что, поскольку они получают очень большую часть своего дохода от рекламы патентованных лекарств и поскольку эти рекламы заключаются на определенных условиях, можно легко понять, что они становятся стороной сокрушительного законодательства, которое будет препятствовать бизнесу патентованных лекарств.

В случае принятия какого-либо закона или законов, как государственных, так и национальных, наносящих ущерб интересам "Компании", договор может быть аннулирован с момента принятия такого закона, а сделанные вставки оплачены пропорционально цене договора.

Есть еще одна особенность контракта, которая имеет огромное значение и важность для матерей расы. Это единственный известный нам случай, который фактически закрывает доступ к общественной прессе. Эта часть контракта гласит следующее:

Договариваемся, что "Компания" может аннулировать этот контракт,... если в колонках для чтения или в других местах газеты будут опубликованы какие-либо сведения, наносящие ущерб интересам "Компании".

Это означает, что газеты обязуются по договору не печатать в своих колонках для чтения никаких материалов, которые могли бы нанести ущерб интересам производителей патентованных лекарств. Согласно тому же договору, они даже не могут принимать к оплате материалы, если они каким-либо образом отражаются на бизнесе патентованных лекарств.

Другими словами, суверенный народ, слугой которого должна быть общественная пресса, по этому договору лишен права быть представленным в колонках ежедневных газет.

Серьезное значение такого положения дел можно оценить, если вспомнить, что любое народное движение, направленное на исправление общественных ошибок, должно иметь самую широкую огласку, иначе его усилия обречены на провал. Бизнес патентной медицины был показан как чудовищно злой институт, но все попытки привлечь общественную прессу, чтобы вызвать необходимую степень возмущения, которая предшествует любому требованию общественности исправить ошибку, потерпели неудачу, потому что, "по соглашению, "Компания" может отменить этот контракт в случае, если любой вопрос, наносящий ущерб интересам "Компании", может появиться в колонках для чтения или где-либо еще в газете".

Есть еще одна особенность этого уродливого бизнеса, которая представляет глубочайший интерес для женщин. Территория патентной медицины - это вся страна. Это большое и прибыльное поле. В свое время некоторые авторитетные нью-йоркские врачи, глубоко заинтересованные в этом вопросе, начали движение, чтобы найти способ помочь тому классу, который покупает патентованные лекарства и поддерживает поддельные медицинские концерны. Было решено, что если начать рекламную пропаганду, предлагая дать законный и адекватный медицинский совет по минимально возможной цене, то найдется немало тех, кто воспользуется этой возможностью. Следующее объявление было подготовлено и передано для публикации, в результате чего его не удалось выгодно разместить:

НАДЕЖНЫЕ МЕДИЦИНСКИЕ СОВЕТЫ.

Правительственное расследование бизнеса патентованной медицины и рекламируемых концернов по медицинскому лечению показало, что они бесполезны и опасны; что это только схемы для зарабатывания денег, и что они получают бизнес путем искажения информации, фальши и мошеннических отзывов. Большинство этих компаний принадлежит людям, не имеющим медицинского образования или опыта.

Это факты, подтвержденные самыми высокими авторитетами в Соединенных Штатах, и они относятся к каждому рекламируемому средству и каждой рекламируемой системе лечения, о которых сегодня пишут газеты, без каких-либо исключений, о которых нам стало известно.

В НЬЮ-ЙОРК-СИТИ было создано бюро врачей, каждый из которых имеет хорошую репутацию и ведет активную частную практику, для консультирования тех, кто нуждается в медицинской помощи.

Цель бюро - не допустить, чтобы пациенты отдавали себя в руки некомпетентных, дорогостоящих и мошеннических интриганов. Характер советов, предоставляемых, будет точно таким же, как если бы вы посетили офис любого современного авторитетного городского консультанта. Мы просто укажем, что нужно сделать в каждом конкретном случае, чтобы облегчить состояние больного.

Плата за услуги будет соответствовать обычной плате, взимаемой авторитетными врачами в любом месте за подобные услуги, и ни в коем случае не будет необоснованной или чрезмерной.

Мы приглашаем к переписке тех, кто нуждается в честном совете. Запрашивайте информацию, которая будет выслана бесплатно.

Здесь была чрезвычайно прибыльная сфера, в которой имелись все возможности для оказания большого количества искренней пользы, которая, однако, не могла быть достигнута людьми, чьей единственной целью было приносить пользу людям, потому что общественная пресса не смела публиковать что-либо, наносящее вред "комбинату". Если это не монополия, то что же это?

Это не единственный подобный случай. Один независимый состоятельный джентльмен, руководствуясь определенными деловыми соображениями, задумал поместить в газетах страны достоверную статью, разоблачающую патентный медицинский комбинат, за которую он, разумеется, готов был заплатить обычные рекламные расценки. Он отдал контракт крупному рекламному концерну, который начал кампанию в Техасе, *намереваясь* охватить всю страну, обрабатывая штаты один за другим. Каков же был результат? Как только внимание системы было обращено на этот план, газетам был дан приказ "молчать", и пропаганда умерла неестественной смертью в Техасе, границы которого она никогда не пересекала. Колонки общественной прессы были наглухо закрыты для нее.

Стоит ли удивляться, что законопроект о здравоохранении так трудно было принять? Однако я надеюсь, что женщины решат эту проблему. Казалось бы, это та тема, которой они могли бы активно и горячо интересоваться. Женщины как избиратели или как законодатели никогда не преуспеют в тонкой борьбе с политикой прихода или в более грубых схватках с привилегиями и покровительством, но в моральной тонкости, необходимой для достижения успеха в законодательстве о здравоохранении и чистоте, они должны оказаться энтузиастами. Если возрождение расы запуталось в законодательных процедурах или политических тонкостях, единственное спасение - найти эмансипаторов, чьи сердечные струны тоньше и правдивее, чем те, что находятся в груди мужчин. Мы надеемся найти их в матерях расы.

ГЛАВА XXXIII

Зло патентной медицины - продолжение

Зло патентной медицины и долг матерей расы - "Кровавые деньги" - Народ должен быть реформатором - Резолюции матерей.

ЗЛО ПАТЕНТНОЙ МЕДИЦИНЫ И ДОЛГ МАТЕРЕЙ РАСЫ

Можно с уверенностью утверждать, что зло патентной медицины и мошенничества с медицинским лечением касаются матерей расы более непосредственно, чем все остальные. Независимо от того, кто является большой жертвой, какая-то женщина глубоко и искренне заинтересована в его или ее выздоровлении и благополучии. Если в нужный момент будет оказано соответствующее влияние и если оно будет основано на адекватном понимании опасности, то можно быть уверенным, что страдалец не станет жертвой мошеннического и опасного разрекламированного нострума или фальшивого медицинского курса лечения. Поэтому, если бы каждая мать обладала достаточными знаниями о зле патентованной медицины и оказывала влияние, которое естественно вытекает из обладания такими знаниями, мы бы вскоре увидели конец всему этому бизнесу.

Большинство людей честны и искренни. Однако трудно побудить большинство к согласованным и последовательным действиям. Если бы честный и благонамеренный

элемент общества можно было побудить к постоянным усилиям по исправлению существующих зол в любой сфере человеческой деятельности, то мошенники и нечестные члены общества могли бы быть эффективно выведены из строя. Если предложение, которое я выдвинул в статье о евгенике, о создании евгенических клубов в каждой общине, будет принято, члены клуба смогут внести определенный вклад в пропаганду, настаивая на том, чтобы члены законодательных органов и Конгресса информировали себя по этим вопросам, а также действовали и голосовали в соответствии с настроениями своих избирателей. Только благодаря таким систематизированным, согласованным усилиям можно надеяться, что этот вопрос будет удовлетворительно и окончательно решен. В том, что он может быть решен удовлетворительно, нет никаких сомнений. Это зависит от женщин.

Принятие Закона о чистых продуктах питания и лекарствах привело к тому, что на короткий период прекратилась та бурная деятельность, которая ранее была характерна для бизнеса патентованных лекарств. Однако не стоило ожидать, что один законодательный акт окончательно задушит этого паразита, - ведь мы должны помнить, что это легкое и высокодоходное занятие. Не стоило также ожидать, что люди, являющиеся адептами софистики и знатоками пререканий, не смогут найти способ обойти замысел закона.

Это оказалось так, потому что они снова начали рекламироваться более свободно и с большей уверенностью. Одна из самых известных компаний приняла новое рекламное одеяние. Ее новая дикция изощрена и умна, но это сатанинская хитрость, если взвесить ее историю. Вполне вероятно, что его формула могла быть слегка изменена, но в конце каждой рекламы появляется следующий наводящий на размышления абзац:

"СПЕЦИАЛЬНОЕ УВЕДОМЛЕНИЕ - Многие люди делают запросы на старую формулу... Таким людям мы говорим, что эта формула теперь выпускается под названием --, производителем которой является -- Company, C--, Ohio. Напишите им, и они с удовольствием вышлют вам бесплатную брошюру".

Прежнее средство -- было осуждено правительством Соединенных Штатов как интоксикант и стимулятор, и в разных частях страны продавались лекарства от -- "яг", однако в новой рекламе появилось следующее:

"-- - это средство, которое следует держать в доме. Я хочу подчеркнуть его достоинства как профилактического средства от болезней".

Когда ценность -- как домашнего средства будет понята, без него не обойдется ни один дом". Катартики, таблетки и порошки будут отброшены. Раздражающие тоники больше не будут приниматься. АЛКОГОЛЬНЫМ НАПИТКАМ НЕ БУДЕТ МЕСТА...."

Если "алкогольным напиткам не будет места" в доме, то зачем нужно это "средство", которое не имеет никакой медицинской ценности, кроме как стимулирующей? Это как если бы пьяный человек читал лекцию о воздержании: это было бы действительно смешно, если бы мы не знали о трагедиях, которые произошли в результате его употребления. Это пример аргументации, которая должна быть законодательно запрещена.

В этом крестовом походе против мошенничества с патентованными лекарствами есть два конкретных момента, которые должны стать объективными вопросами всех согласованных усилий по сокрушению этого зла. Их могли бы взять на вооружение матери в своих евгенических клубах и развивать до тех пор, пока они не будут успешно закреплены на законодательном уровне. Это был бы величайший непосредственный вклад в

конструктивное законодательство, который избирательное право женщин могло бы дать расе.

Во-первых, необходимо принять закон, согласно которому газета будет считаться преступлением, если она напечатает мошенническую рекламу патентованных лекарств или поддельных медицинских препаратов. Для решения вопроса о мошенничестве должен быть создан национальный совет компетентных органов.

Во-вторых, внести изменения в закон, разрешающий регистрацию причудливого названия комбинации лекарств без одновременного указания формулы.

Матери расы должны понять, что не только вопрос экономии, но и жизненно важный вопрос сохранения здоровья - рассматривать все рекламируемые средства и медицинские "лекарства" как абсолютно опасные и бесполезные, а значит, не использовать их вообще. Из этого правила нет безопасных исключений. Записи изобилуют доказательствами, осуждающими весь этот порочащий бизнес. Почти все без исключения рекламируемые средства и лекарства при реальном расследовании оказываются мошенническими и бесполезными. Подавляющее большинство таких компаний принадлежит и управляется частными лицами, не имеющими никакого медицинского опыта, и никакой подготовки, которая позволила бы им давать советы пациентам в любом смысле. Это чистая и простая схема получения денег, и любой, кто требует дополнительных доказательств, не может быть осужден.

Я считаю, что правдивая и справедливая интерпретация успеха бизнеса патентной медицины кроется в невежестве людей, - не в том невежестве, которое отражается на их интеллекте, а в настоящем, честном невежестве относительно истинного характера и достоинств бизнеса патентной медицины. Было бы необоснованным размышлением об интеллекте и проницательности американского народа утверждать, что он сознательно поддержал бы мошенническое предложение, особенно предложение, успех которого означал бы его собственное физическое вырождение. Скорее, это размышление - обвинение в неэффективности тех, кто находится у власти.

Мы не должны отрицать, что в умах скромных людей существует чувство, что то, что напечатано, - правда. Так и должно быть; это инстинкт, и он фундаментален. Мы также должны помнить, что существуют тысячи и тысячи домов, в которые не проникает абсолютно никакая литература, кроме еженедельной и, может быть, бродячих экземпляров ежедневной газеты. Эти люди примитивны и доверчивы. У них есть больные члены семьи, и им не всегда доступно медицинское обслуживание, или они слишком бедны, чтобы воспользоваться тем, что есть. Поэтому, когда они видят в часто читаемой газете неделю за неделей вопиющие обещания облегчения и "лечения" от всего, что их может беспокоить, они легко записываются в жертвы. Эти люди верят своей газете. У них нет причин сомневаться в правдивости ее содержания. Они бессознательно доверяют и полагаются на власть имущих, на тех, кто должен следить за тем, чтобы инстинкт правды и честности отражался в справедливости и защите, оказываемой беспомощным и бедным. Стоит ли удивляться, что у нас есть жертвы, когда единственный голос, доносящийся до них из большого мира за его пределами, - это ткань ложных обещаний и мошеннических притязаний? Закон - громоздкое средство передвижения. Он не может быть движим вдохновением - каким бы важным ни был стимул, создающий это вдохновение, - он движим только потенциальной силой великого убеждения, голосом народа. Жаль тратить время на просвещение всего народа, прежде чем его голос возвысится и потребует защиты, когда власти уже знают о творящемся несчастье и могли бы исправить его, не тратя на это драгоценное время.

Поскольку мы не можем надеяться на законодательную помощь до тех пор, пока народ не начнет требовать ее, каждая мать, у которой есть возможность узнать правду об этом вопросе, должна стать членом пропаганды образования и должна распространять эти знания среди других. Мы должны просвещать армию невинных, которые падают из-за незнания правды, и мы должны дойти до той огромной армии, чья доверчивость позволяет этим мошенникам процветать. Мы должны показать им ложный фундамент и пустое притворство, на которых строятся подобные схемы. Мы должны показать им, что каждая деталь этого бизнеса продиктована неверными мотивами; что так называемые личные письма печатаются сотнями тысяч, а заполняют их под видом личных сообщений офисные клерки, не обладающие абсолютно никакими медицинскими знаниями; что бланки "диагнозов" бесполезны и часто опасны, и их просто посылают потенциальной жертве, чтобы произвести на нее впечатление и привлечь ее; что предлагаемые лекарства, как правило, сделаны из самых дешевых препаратов, закупаемых в больших количествах у лиц, чья репутация в торговле лекарствами не самая лучшая; что лекарства не имеют ни особой силы, ни ценности, что это, скорее всего, бесполезная смесь, которой в рекламе придают ложные и лживые свойства; что когда они вытянут из жертвы все возможные деньги, то продадут ее письма другим продавцам нострумов. Это печальное отражение нашей цивилизации, что больные, часто неизлечимо больные, не могут быть защищены от собственного легковерия и ухищрений тех, кто хотел бы поживиться на их несчастье и нажить на их страданиях.

Если каждая мать, прочитавшая эту статью, спокойно обдумает этот вопрос и придет к определенному выводу о том, как она может внести свою лепту в образовательный крестовый поход, чтобы сокрушить монстра патентной медицины, я уверена, что пройдет совсем немного времени, прежде чем мы начнем чувствовать, что "назревает буря". Если каждая мать подпишет под следующей резолюцией и будет следовать ей, она действительно станет проводником многих благ в своей общине:

Я обязуюсь никогда не советовать больному другу или знакомому покупать или использовать рекламируемое средство или "лекарство" любого рода; я также не позволю никакому другому человеку советовать использовать такие средства или "лекарства", не выразив дружеского протеста и не обратив тем самым этого человека, который, несомненно, не осведомлен о фактах.

Я также решаю всегда советовать больному другу проконсультироваться с кем-то, чье образование и опыт позволяют ему дать компетентный совет.

Я предлагаю напечатать вышеупомянутую резолюцию на карточках в виде девиза, повесить их на стену и распространять из дома в дом евгеническими клубами. В нижней части карточки должно быть четко напечатано слово "свыше". На обратной стороне обычным шрифтом должен быть написан сжатый и эффективный аргумент против использования патентованных лекарств. Этот аргумент должен быть полным и убедительным сам по себе, так что тому, кто случайно спросит, что означает эта карточка, можно будет посоветовать прочитать то, что написано на ее обратной стороне, и таким образом убедиться, что "это хорошая идея". Это недорогой способ возбудить любопытство общества, и когда наступит психологический момент, один из членов клуба, вероятно, сможет выступить с обращением или лекцией о зле патентованной медицины. Поскольку любопытство и симпатии аудитории будут на стороне оратора, то для обращения в веру потребуется лишь констатация фактов. Кажется, стоит попробовать, и это предложение дается с надеждой, что способные женщины в каждой общине (а в каждой общине есть способные лидеры) подхватят эту идею клуба и разовьют ее гораздо шире, чем те большие надежды, которые я на них возлагаю.

Если евгеника что-то значит и если женщины являются теми, за кого они себя выдают, то многое будет достигнуто, если каждая из них будет разумно выполнять свою роль и если каждая община будет стоять на своем.